



OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ

Liikuntaneuvonnan mahdollisuudet

Liikkeelle terveyden ja talouden hyväksi

TIEDÄMME

- Liikkumisen / liikunnan hyödyt.
- Liian vähäisen liikkumisen eri ikäisillä.
- Liikkumattomuuden kustannukset.

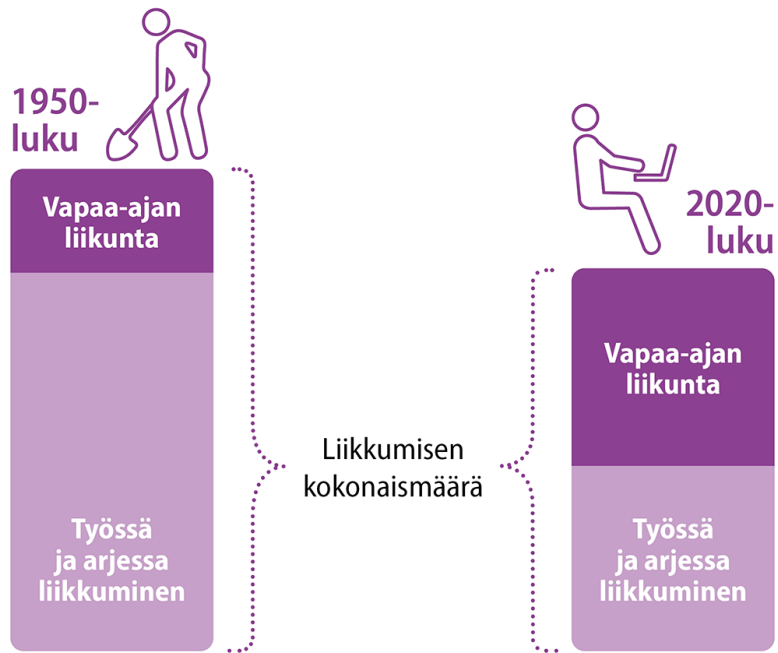
➡ Iso kuva hyvin tiedossa.

➡ Liikuntaneuvonnan tarve & merkitys tiedossa.

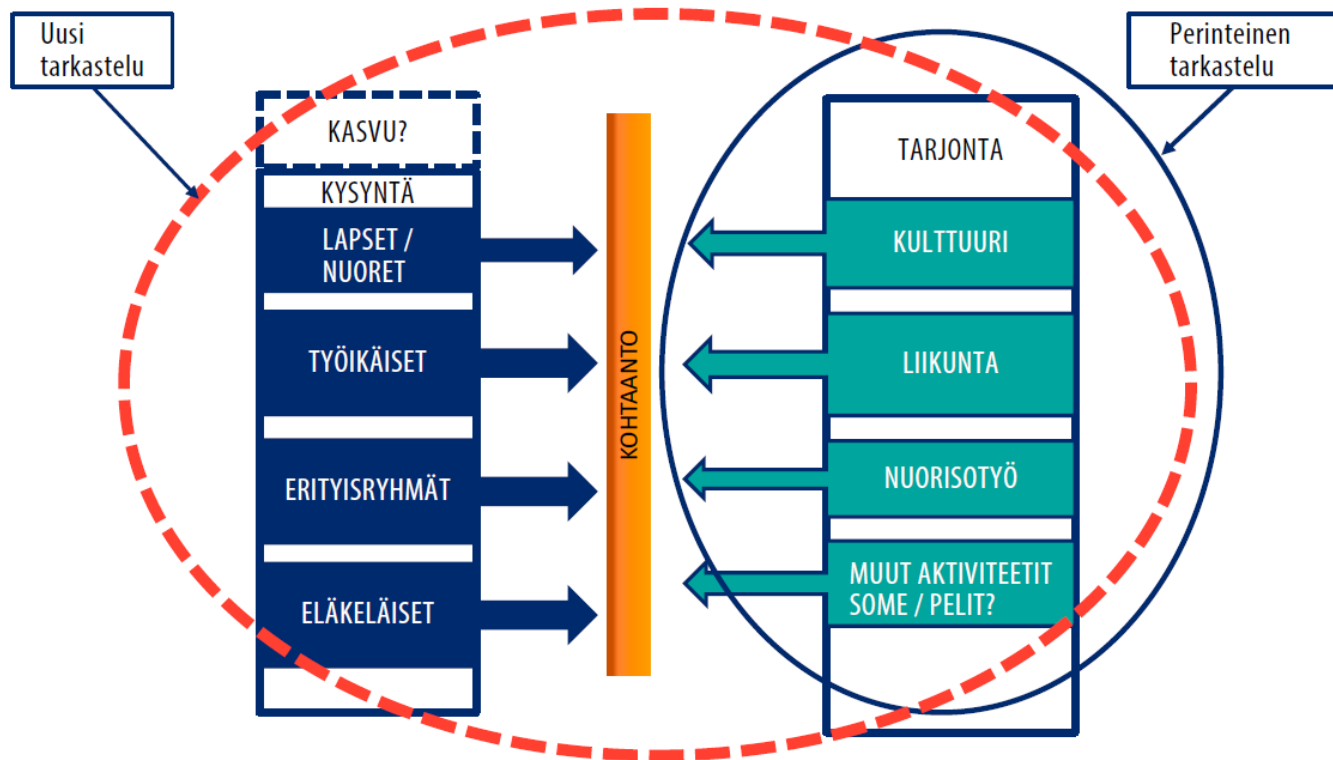
- Olemmeko tehneet vaikuttavia toimenpiteitä?
- Osaammeko muuttaa toimintamalleja?



Liikkumattomuuden paradoksi



Tarjonnan lisäämisestä kysynnän kasvuun



Hyvinvoinnin edistämisen tavoitteena

Tulee olla
monipuolisen
toimintakyvyn
ylläpitäminen



Kärkölä-case

Ennakkovaikutusten arviointi Liikkuva Kärkölä-hankkeen lyhyt- ja pitkäaikaisista vaikutuksista

UKK- instituutin tilaston mukaan 20–84- vuotiaista kärköläläisistä (n. 3 500 henkilöä) nykytilanteen mukaan 76 % liikkuu liian vähän ja 83 % on liikaa paikallaan (ka. n. 2 780 henkilöä). Kohderyhmän kustannukset liikkumattomuudesta maksavat yhteiskunnalle 1 238 000 euroa ja paikallaanolosta 1 320 000 euroa eli yhteensä 2 558 000 euroa. Henkilöä kohden kustannukset ovat n. 920 euroa vuodessa. Kokonaiskustannukset sisältävät liikkumattomuudesta ja paikallaanolosta aiheutuvien suoria kansansairauksien kustannuksia (terveyspalvelujen kustannukset ja lääkkeet) 1 106 000 euroa sekä epäsuoria kustannuksia (työkäisen väestön työn tuottavuuden heikentyminen, sairauspoissaolot, työkyvyttömyyseläkkeet ja ennenaikaiset kuolemat) 1 452 000 euroa. Epäsuorat kustannukset vaikuttavat kunnan henkilöstöstä kautta suoraan kunnan henkilöstökustannuksiin.

Oletuksella, että kunnan työntekijöiden (n. 150 henkilöä) liikkumattomuus ja paikallaanolo vastaa valtakunnallisia keskiarvoja, työnantajalle aiheutuu vuosittain noin 62 000 euron verran epäsuoria kustannuksia liikkumattomuudesta ja paikallaanolosta. Vuoden 2024 talousarviossa Liikkuva Kärkölä -hankkeen vuosittaisiksi kustannuksiksi on esitetty 57 250 euroa.



Suomi liikkeelle -ohjelma

- Ohjelmassa tunnustetaan kunkin hallinnonalan osalta ihmisten **fyysisen aktiivisuuden** kannalta olennaiset muutostarpeet niin toimintatavoissa, rakenteissa kuin ajattelussakin.
- Arkiliikunnan vähentyminen on kasvava ongelma. Ohjelmassa etsitään **ratkaisuja arjessa tapahtuvan liikkumisen lisäämiseksi**. Hyödynnetään digitalisaation mahdollisuuksia liikunnallisen elämäntavan edistämisessä.



Arkiliikunta Aktiivisuus arjessa

Miten saamme ihmiset
valitsemaan / miten ihminen
valitsee:

KÄVELYN? ASKELEET?

Fyysisesti aktiivisemmän
vaihtoehdon?



Olosuhteet eli
tarjonta ok –
kysyntää ei
riittävästi



Innostaminen vai harhauttaminen?

Kuva lontoolaisen tavaratalon
lelusastolta.



Vielä kerran ne rakenteet...

- ”Piilovaikuttamista” – vain mielikuvitus rajana!
- Portaat esille – hissit, liukuportaat kauemmas (esteettömyys, saavutettavuus turvattava)
- Taukojumpat työpaikoille
- Verotuksen keinot – kun mennään kohti isoja rakenteita





OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ

”Vanhojen totuuksien täytyy väistyä uusien tieltä.”

Minna Canth



Liikuntaneuvonnan valtakunnallinen seminaari 20.3.2024
Ylitarkastaja Sari Virta, OKM sari.virta@gov.fi