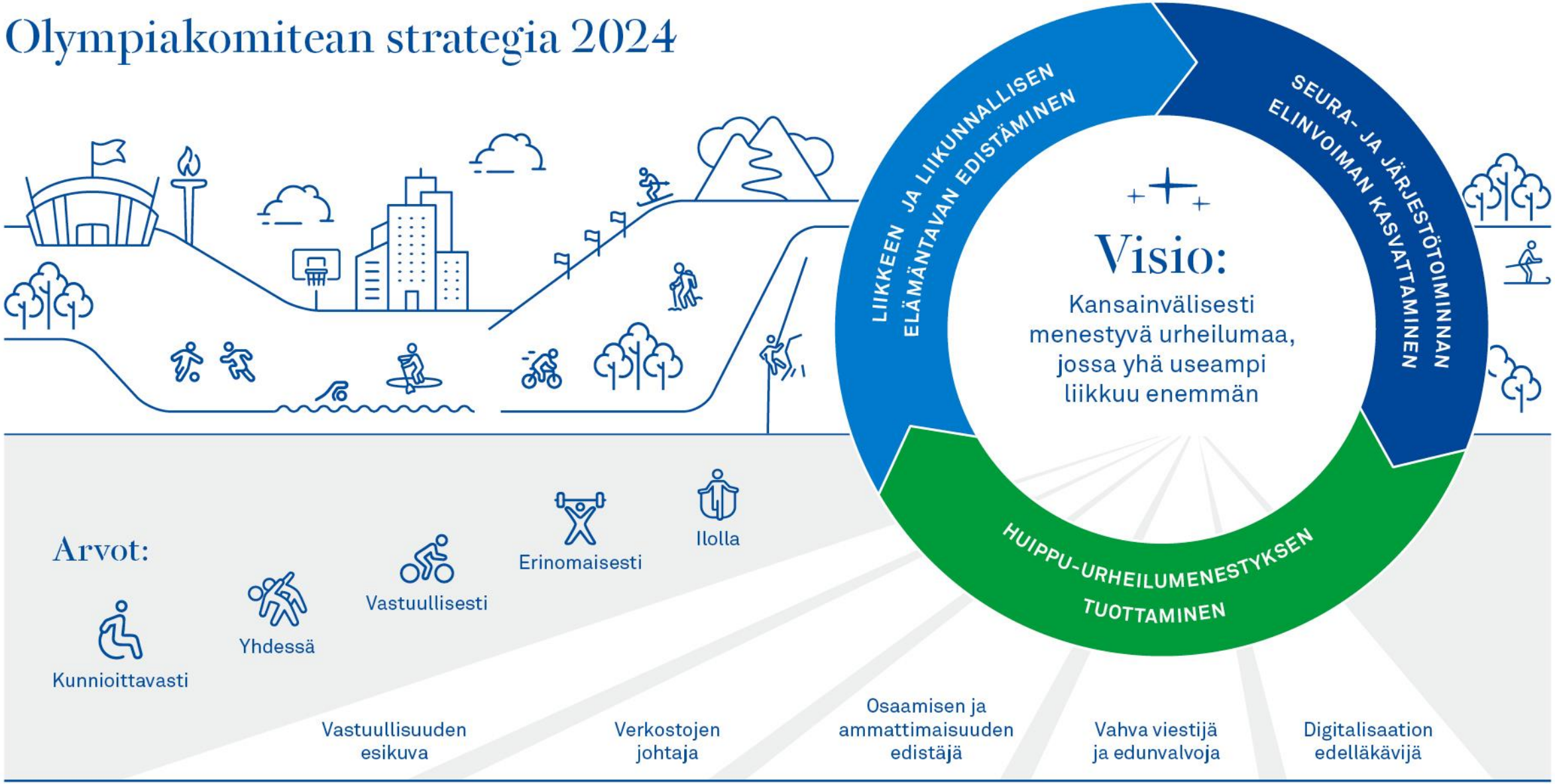
SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

SUOMEN OLYMPIAKOMITEA

24.11.2022

Olympiakomitean strategia 2024



Missio: Liikunnasta ja urheilusta elinvoimaa Suomeen

Liike – hyvinvoinnin edellytys

- **Elämäntapamme on muuttunut** liikkumista suosivasta istumista sekä erilaista näppäilyä ja naputtelua suosivaksi.
- **Alle kolmasosa suomalaisista liikkuu terveyden kannalta riittävästi.**
- **Liikunta vaikuttaa myönteisesti.** Terveyden ja hyvinvoinnin lisäksi esimerkiksi oppimiseen, yhteisöllisyyteen ja työkykyyn, jopa maanpuolustuskykyyn. Liikkuen voi ehkäistä, hoitaa ja kuntouttaa kaikkia merkittäviä kansansairauksia.
- **Ongelma on suuri.** Liian vähäinen liikunta kasautuu yhteiskunnallisella tasolla – kuvaavia ovat yli 3 miljardin vuotuiset kustannukset.
- **Ratkaisuna** tulee olla monia vaikuttavia keinoja harrastamisesta huomaamattomaan arkiliikuntaan.

Meitä asuu Suomessa 5 549 808 ihmistä. Kukaan yksilö, yhteisö tai yritys ei voi yksin ratkaista liikkumattomuuden haastetta.

Koko suomalaisen liikunnan ekosysteemiä vahvistamalla voimme yhdessä edistää maamme liikunnallista elämäntapaa.

Olympiakomitean **roolina** on vahvistaa koko suomalaisen liikunnan ekosysteemiä valtakunnallisella tasolla, toimia vetovoimana eri toimijoiden ja toimintojen yhdistäjänä sekä lisätä kansalaiskeskustelua liikunnallisen elämäntavan merkityksestä yhteiskunnassa.

Olympiakomitean Liike ja liikunnallinen elämäntapa -yksikön neljä operatiivista päävalintaa: **yhdistämme** toimijoita, **viestimme**, **vaikutamme**, ja **kehitämme** käytäntöjä.

Yhteistyön **tuloksena** on paremmin virtaava ja laajentuva liikunnan ekosysteemi sekä liikunnan merkityksen vahvistuminen.

Yhdessä voimme punoa liikkumisen tiiviiksi osaksi suomalaista elämänmenoa.

Liike on osa
Kestävää kehitystä

Terveys ja hyvinvointi

- Vähemmän sairauksia
- Vähemmän mielenterveysongelmia
- Vähemmän syrjäytymistä
- Toimintakykyä
- Vähemmän tapaturmia
- Yhteisöjä ja elämyksiä

Työllisyys

- Paikallista vetovoimaa
- Liikunnan ja urheilun työpaikkoja
- Tuottavuutta
- Pidempiä & eheämpiä työuria

Koulutus ja oppiminen

- Parempia oppimistuloksia
- Kansalaistaitoja
- Mielekästä tekemistä

Talous

- Vähemmän sote-kuluja
- Enemmän verotuloja

Maanpuolustus

- Maanpuolustuskykyä

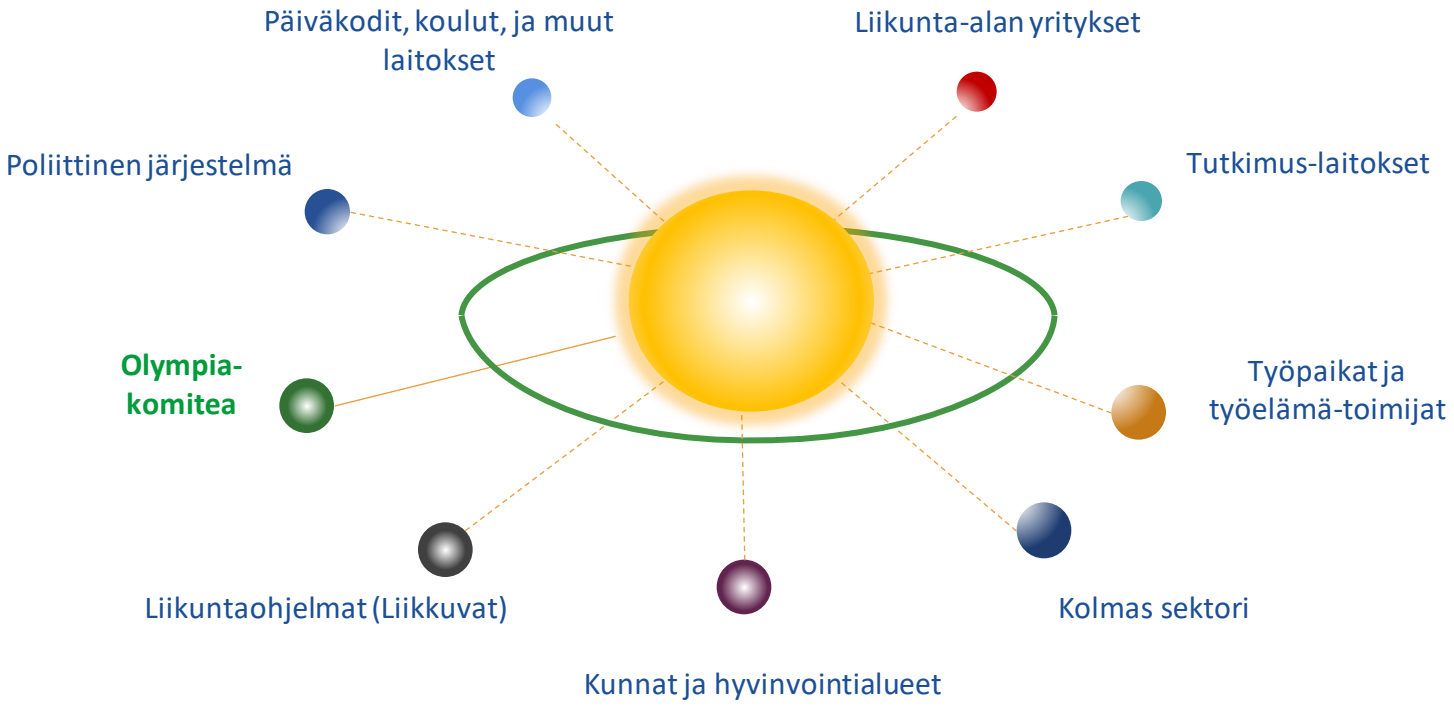
Ympäristö

- Vähemmän päästöjä

Mikä on liikejalanjälkemme

Yksi Liike

Suomalainen liikuntakulttuuri



Liikkuminen on seuraus.
Niin myös liikkumattomuus.

Mutta kustannus on kovempi

Eli mitä tämä kaikki maksaa?

Liikkumattomuuden kustannukset

vuosittain Suomessa sairausryhmittäin

Sepelvaltimotauti
23 milj. €

Tyypin 2 diabetes
391 milj. €

Rintasyöpä
24 milj. €

Paksusuolen syöpä
10 milj. €

Aivoinfarkti
98 milj. €

Masennus
89 milj. €

Murtuma
62 milj. €

Selkäkipu
25 milj. €

Ennenaikainen kuolema
300 milj. €

Alzheimerin tauti
340 milj. €

UKK-instituutti

Kolu P, Kari J, Raitanen J, et al. J Epidemiol Community Health 2022

Paikallaanolon kustannukset

vuosittain Suomessa sairausryhmittäin

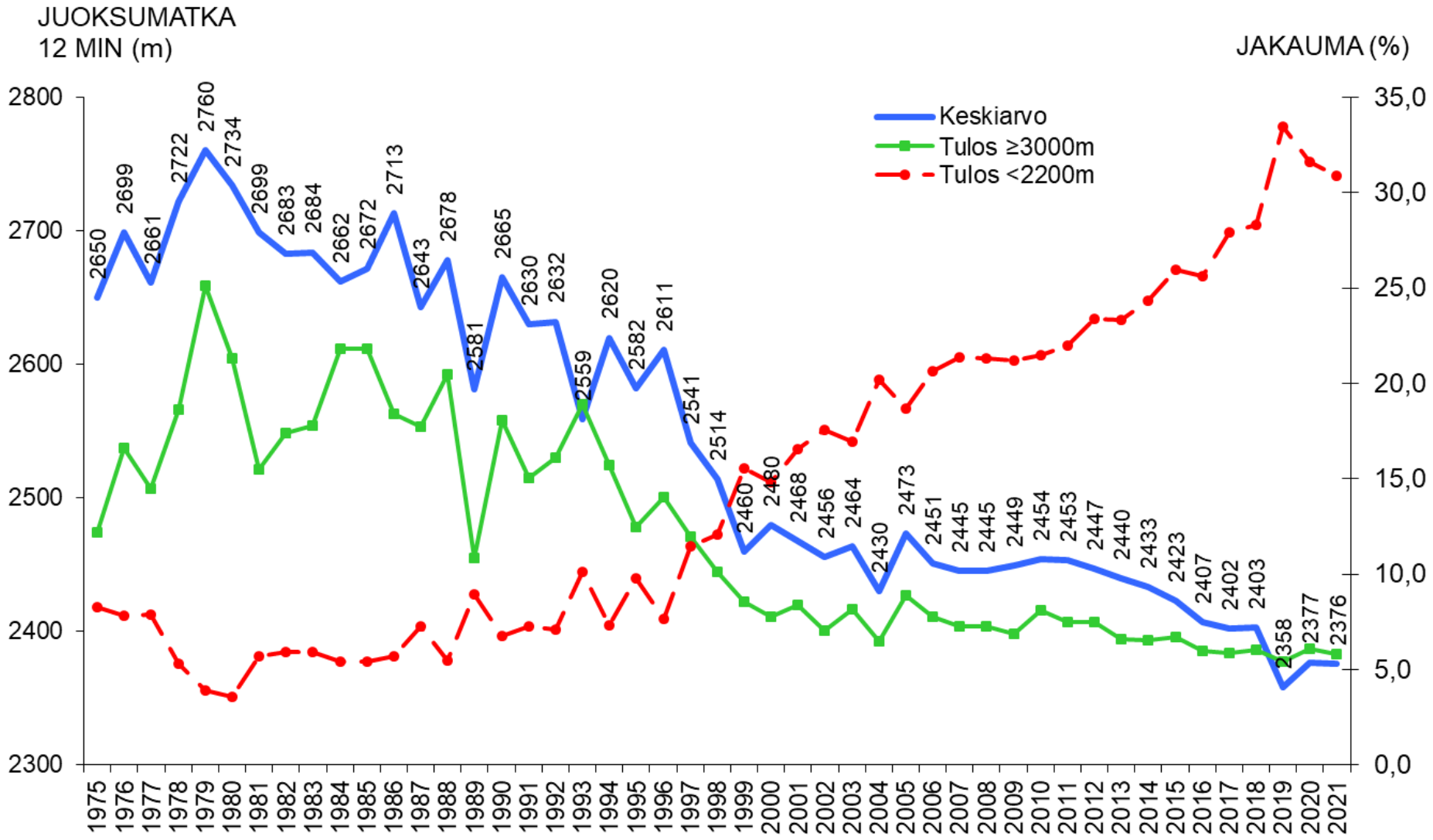
UKK-instituutti

Kolu P, Kari J, Raitanen J, et al. J Epidemiol Community Health 2022

Ja vielä yksi näkökulma

Väestömme fyysinen kunto laskee koko työuriemme ajan

Kestävyyskunto varusmiehillä 1975->



Mitä on odotettavissa – terveys ja talous?

UKK-instituutin liikuntaraportin mukaan työikäisen väestön kunto rapistuu, paino nousee ja väestössä on runsaasti sairauksia.

Tästä on seurauksena:

- sairauspoissaolot kasvavat
- terveydenhuolto kuormittuu
- menetämme terveitä työvuosia
- työkyvyttämyyseläkkeiden määrä kääntynyt kasvuun

Tämä kaikki haastaa terveyden, talouden, työkyvyn, maanpuolustuksen…ja totuus on, että elintapasairauksien määrä on nousussa ja sairastuneet yhä nuorempia (esim. 2 t-diabetes n. 400.000 sairastunutta – 700.000 riskissä

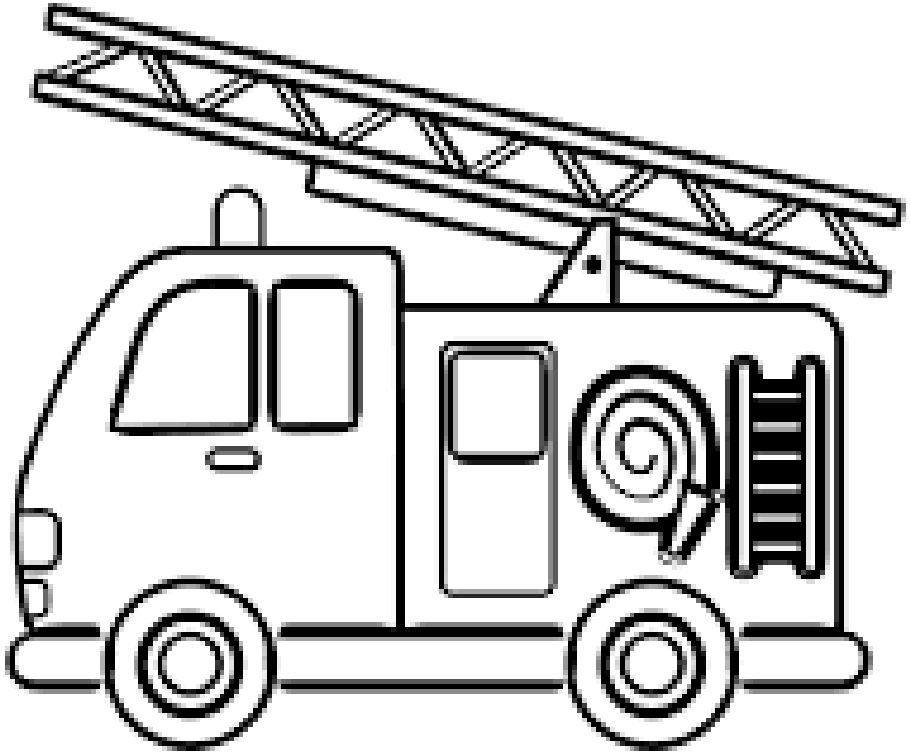
Sanna Marin väläyttää 4 päivän työviikkoa tai 6 tunnin työpäivää: ”tänään ehkä utopiaa, mutta voi olla tulevaisuudessa totta”

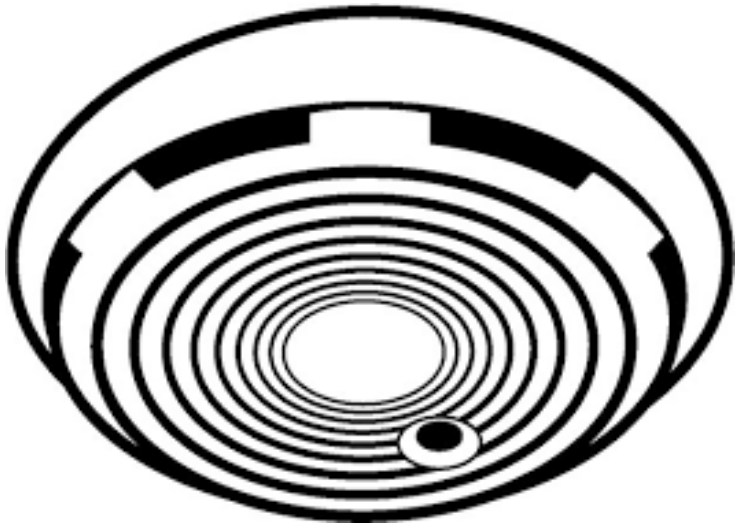
Sanna Marin tekisi työviikosta nelipäiväisen tai työpäivästä kuusituntisen.

IS
Elsa Osipova
19.8.2019 10:54 | Päivitetty 19.8.2019 15:39

Totta vai tarua?

- Haastattelututkimusten kautta välittyy jo kuva, että osa ammattikoulujen opiskelijoista ei selviydy opiskelusta sen fyysisyyden takia.
- Haasteita näköpiirissä myös fyysisesti vaativissa töissä – pelastajat, poliisi, sotilaat, rajavartijat, jne. Kuten myös hoitajat, muuta arjessa myös fyysisiä toimia tekevät.
- Nykymenolla 44-vuotiaan keskipaino on 24 vuoden kuluttua 95kg (88 kg) ja heistä on noin 88% ylipainoisia (73%)
- Kuvaavaa on, että tällä tahdilla fyysisen kunnon näkökulmasta vanhenemme 35 vuotta seuraavan 25 vuoden aikana (vertaus tämä hetki – edelliset 25v. – tulevat 25v.)
- *Silti yksi yhteiskuntamme onnistumisena keihäänkärkenä on eläkeiän nostaminen.*





Paloauto vai palovaroitin

- Olemmeko omien toimintatapojemme vanki vai löydämmekö uusia pelisääntöjä.
- Miten toimimme ja kalustamme mm. päiväkodit, koulut, oppilaitokset, työpaikat, hoivalaitokset…
- Mitä voimme oppia megatrendeistä kuten ilmastonmuutoksen aikaansaamista muutoksista toimintatapoihimme tai koronan tuomasta digiloikasta.

Millä yhteisellä sanoituksella kuuleminen muuttuu kuulemiseksi?

Mitä yritän sanoa

Perintö
Yhteinen visio
Liikkumattomuusjalanjälki
Yhdenvertaisuus
Liikejalanjälki
Kunta
OKM
Strategia
Seuratoiminta
Yksityinen
Strategia
Pelikirja
Huippu-urheilu
Hyvinvointi
Liikkumattomuus
Minun asia
Energiakriisi
Retkeily
Sota
Meidän asia
Mielenterveys
Sote
Julkinen
Eduskuntavaalit
Poikkihallinnollisuus
Hallitusohjelma
Kaavoitus
Hyvinvointialue
Arkiliikunta
Sosiaalisuus
Inflaatio

Yksi Liike

KIITOS

SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

Petri Keskitalo, johtaja, liike ja liikunnallinen elämäntapa