SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

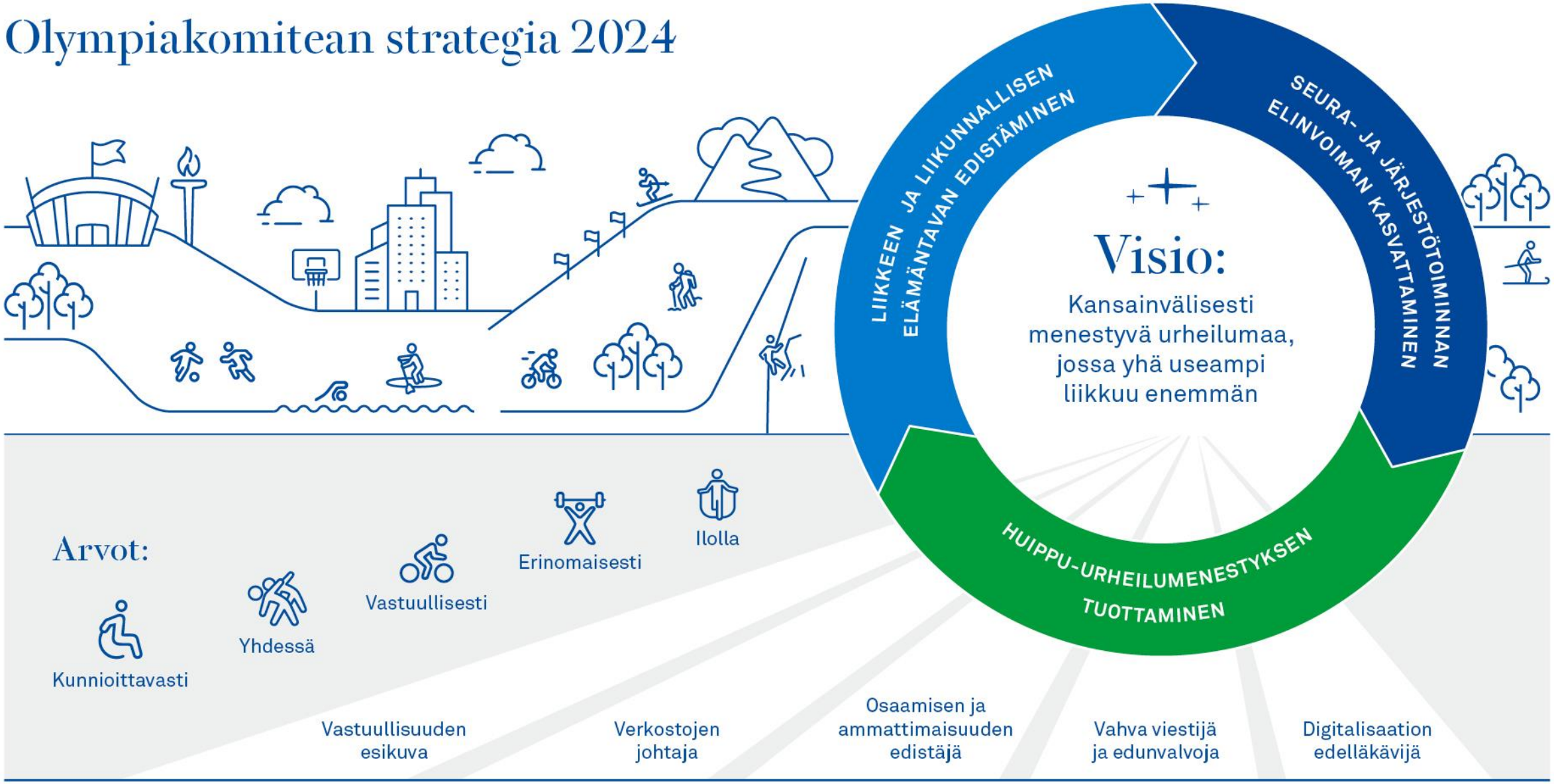
# SUOMEN OLYMPIAKOMITEA

PETRI KESKITALO

19.4.2023

# Väestömme toimintakyvyn rakentaminen on aloitettava tänään.

# Olympiakomitean strategia 2024




**Missio:** Liikunnasta ja urheilusta elinvoimaa Suomeen

# Olympiakomitea
## Liike ja liikunnallinen elämäntapa

**Päämääränä** toimintakykyinen maa ja kansa.

**Tehtävänä** on kiinnittää liikkumisen edistäminen oleelliseksi osaksi yhteiskuntamme rakenteita ja toimintaa.

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

Liike ja liikunnallinen elämäntapa -yksikön kolme operatiivista päävalintaa: **yhdistämme** toimijoita, **viestimme** ja **vaikutamme**.

# Liike on osa toimintakykyämme

## 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
- Tekemisen mielekkyyttä
- Kykyä jaksaa ja palautua
- Kykyä keskittyä

## Talous

- Vähemmän sote-kuluja
- Enemmän verotuloja

## Maanpuolustus

- Maanpuolustuskykyä
- Maanpuolustustahtoa

## Ympäristö

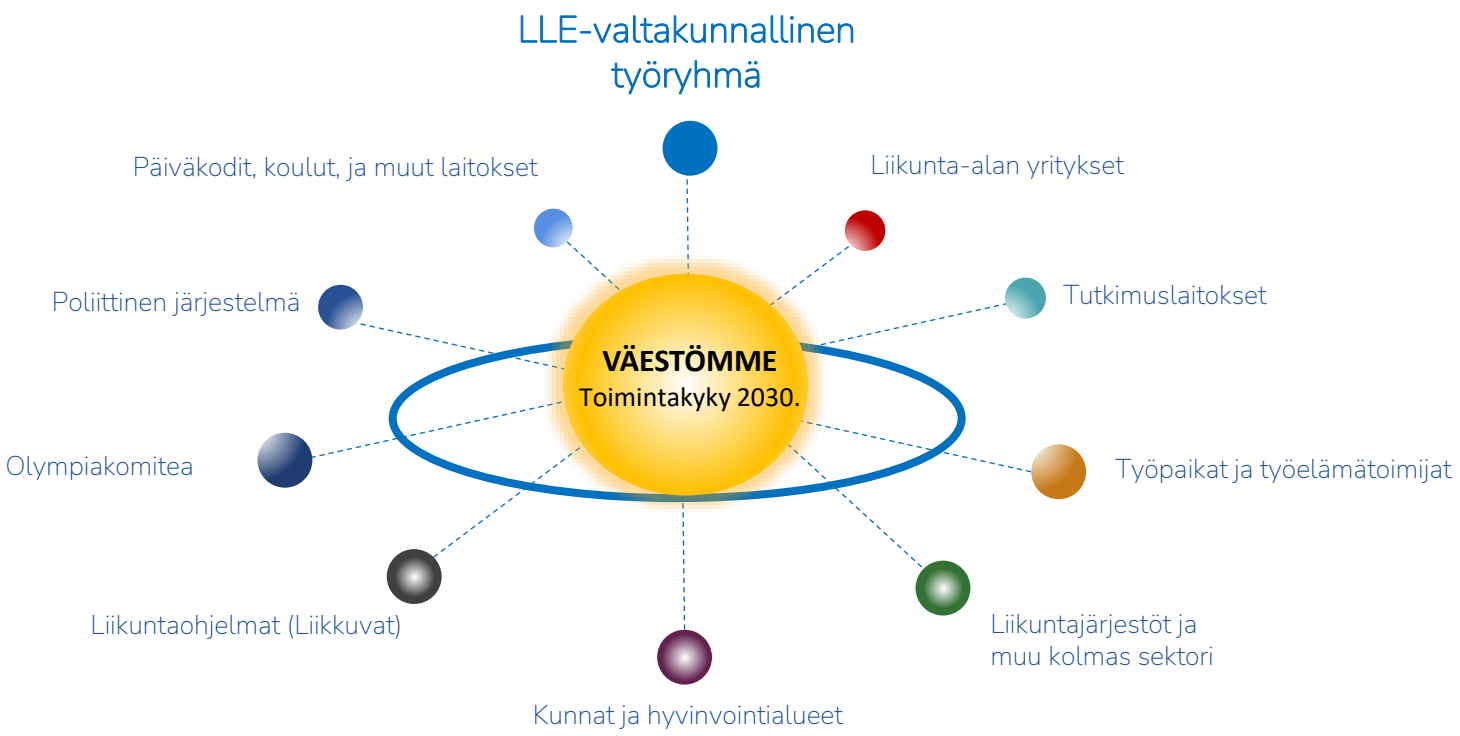
- Vähemmän päästöjä
- Luontosuhteen vahvistuminen

Mikä on liikejalanjälkemme

# Yksi Liike

## Suomalainen liikuntakulttuuri

Mikä on meidän hiilijalanjälki? Liikejalanjälki?



# Yhteenveto liikunnallisen elämäntavan edistämisen merkittävistä toimijoista

R I T
**Ministeriöt**

LVM, YM, PLM, OKM, VNK, TEM, SM, MMM

- Liikkumisohjelmat
- Hallitusohjelma
- Rahoitus

T
**Liikunnan koulutus ja tutkimuslaitokset**

JYU, UKK

- Tutkitun tiedon tuottaminen
- Liikunnan osaajien kouluttaminen

I L
**Puolustusvoimat**

- Fyysisesti aktiivinen ympäristö
- Toimintakyvystä huolehtiminen

I L T P
**Liikunta-alan tai vähittäiskaupan yritykset**

- Palvelut
- Potentiaaliset katalysaattorit

**Yksilöt ja perheet**

R L P
**Työpaikat ja työelämätoimijat**

- Liikunnan tukeminen
- Työkykyä liikkumisella

T L
**Hyvinvointialueet**

- HYTE-työ
- Kuntoutus
- Ikääntyneiden toimintakyvyn parantaminen ym.

T
**Media**

R I L T
**Kunnat**

- Liikuntaneuvonta
- Liikuntapaikat
- Julkinen liikenne

L T
**Päiväkodit, koulut ja muut oppilaitokset**

- Liikuntatunnit
- Liikuntakasvatus

L T
**Liikuntajärjestöt ja muu kolmassektori**

- Harrastaminen
- Erilaiset liitot (kennel, eläke, sydän, neuvokasperhe ym.)

© 2023 Deloitte Oy, Group of Companies.

R = Rahoittaja  I = Infra  L = Liikuttaja  T = Tiedon tuottaja / kouluttaja  P = Palvelut

# Liikkuminen on seuraus.
# Niin myös liikkumattomuus.

Mutta kustannus on kovempi

# LOVE & HATE SUOMI

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

# VIISI MILJOONAA KATSOO KUN YKSI LIIKKUU

Arvostamme urheilusankareita ja liikkumista, mutta yhä useampi meistä ei itse halua liikkua. Kyse ei ole urheilusta eikä edes liikunnasta, vaan elämäntavasta ja tapakulttuurista.

Liikuntaraportin (2022) mukaan työikäisen väestön kunto rapistuu, paino nousee ja väestössä on runsaasti sairauksia.

- **Seuraus**: sairauspoissaolot kasvavat, terveydenhuolto kuormittuu, menetämme terveitä työvuosia ja työkyvyttömyyseläkkeiden määrä on kääntynyt kasvuun.
- **Tulevaisuus:** väestön terveys sekä työ- ja toimintakyky kriisiytyy.

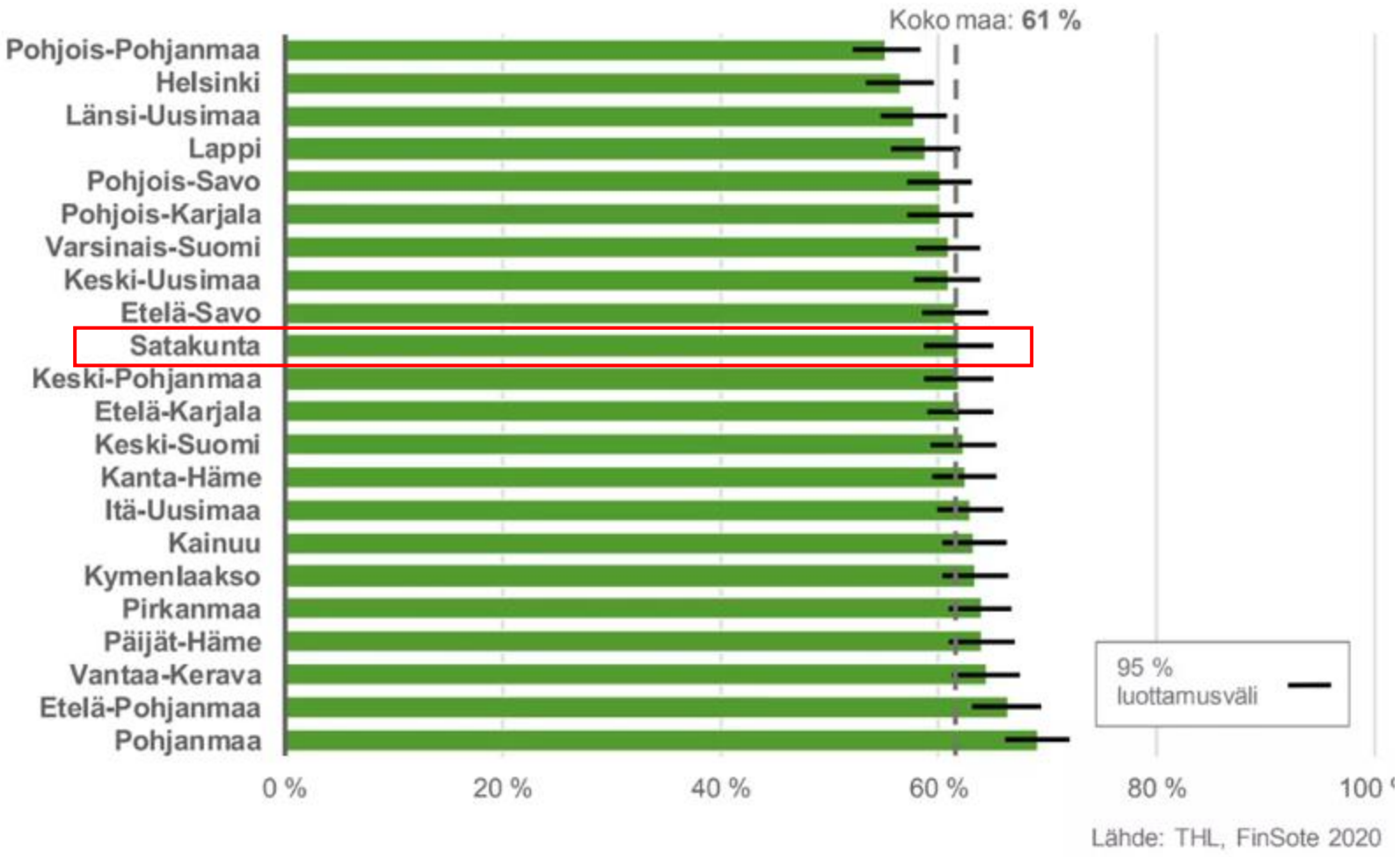
Nuorisomme tila selviää vuoden 2022 Movel-mittauksista. Noin 40 prosentilla 5. ja 8. luokan oppilaista fyysinen toimintakyky voi aiheuttaa jo haasteita arjen jaksamisessa ja koulunkäynnissä selviämisestä.

## Kuinka pitkälle uskallamme nykyisen tilanteen päästää?

- Väestön fyysinen kunto
- Päivittäiset askeleet
- Syntyvyys
- Huoltosuhde
- Työvoiman riittävyys
- Valtion budjetin tasapaino
- Oppimistulokset

- Väestön paino
- Tavoite eläkeiän nostosta
- Valtion velka
- Eläkeläisten määrä väestössä
- Mielenterveysongelma
- Tuloverojen menetys
- Työkyvyttömyyseläkkeet

# Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%) hyvinvointialuittain



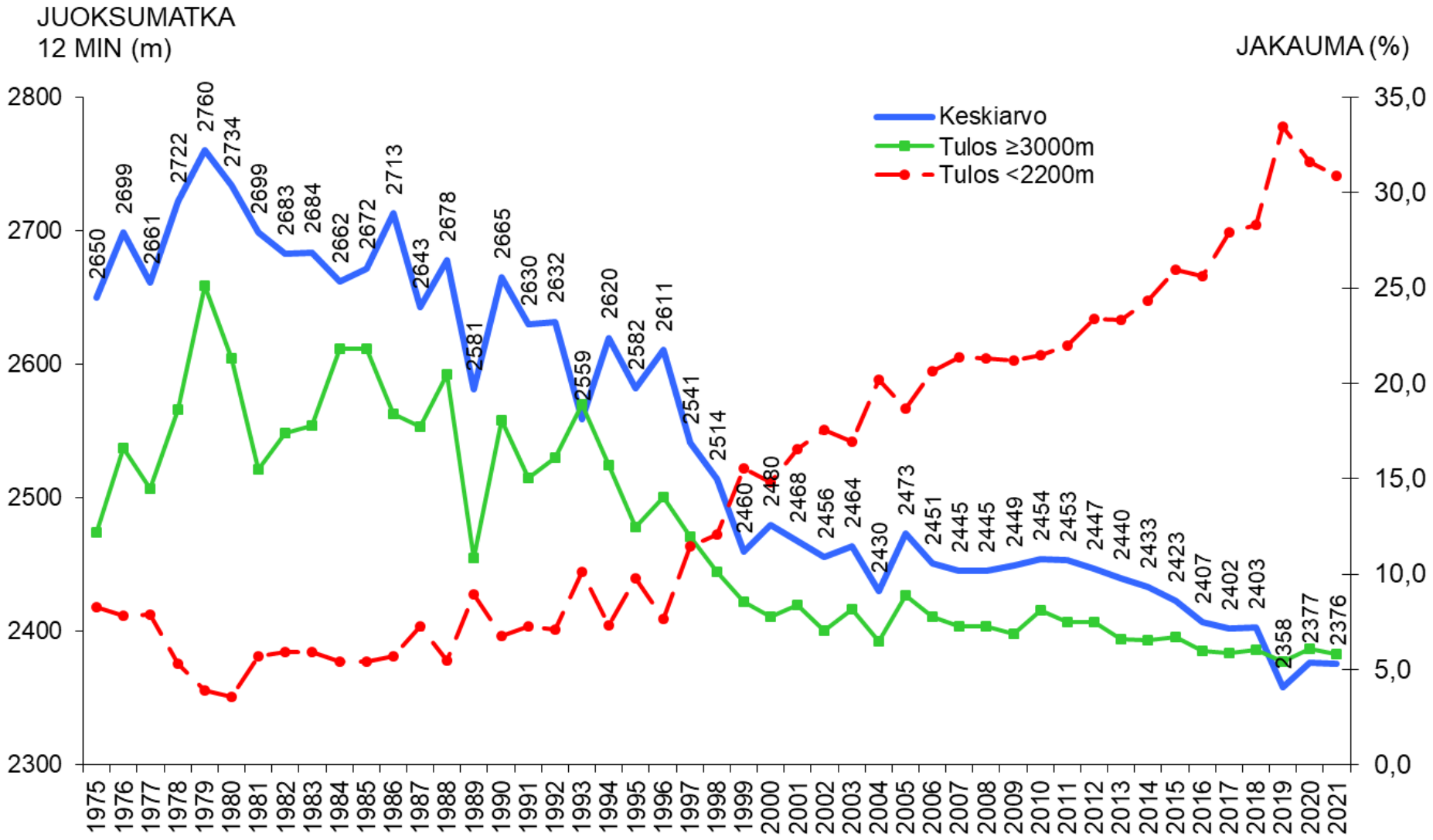
# Liikkumattomuuden ja paikallaanolon kustannus Satakunta (vuosi)

| | Liikkumattomuus | Paikallaanolo |
|---|---|---|
| **Kokonaiskustannukset** | **60 651 000 €** | **63 452 000 €** |
| Suorat kustannukset | 33 018 000 € | 20 623 000 € |
| Epäsuorat kustannukset | 27 633 000 € | 42 828 000 € |

Ja vielä yksi näkökulma

# Väestömme fyysinen kunto laskee koko työuriemme ajan

# Kestävyyskunto varusmiehillä 1975->



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

**Sanna Marin tekisi työviikosta nelipäiväisen tai työpäivästä kuusituntisen.**

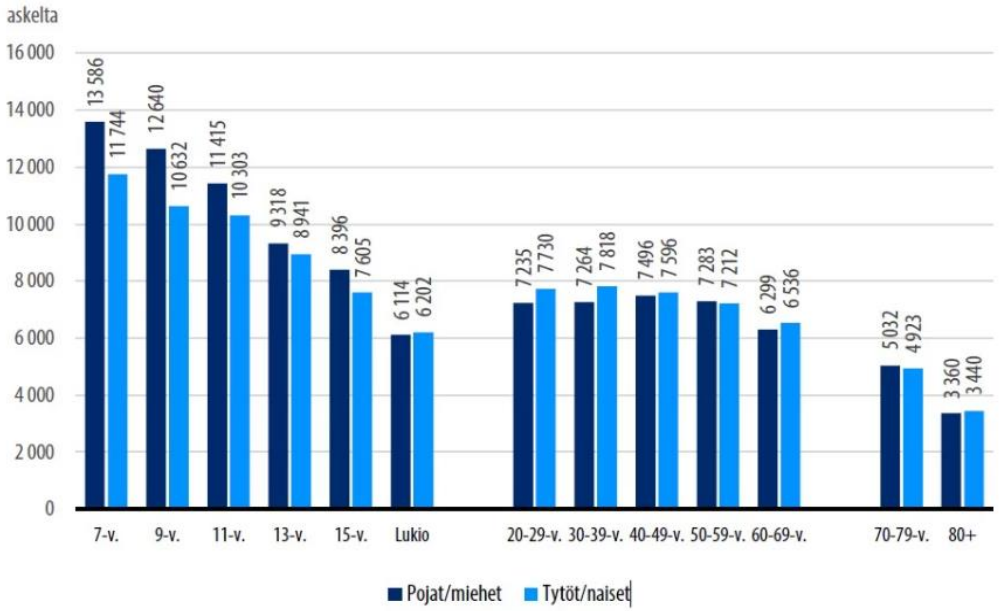
IS
Elsa Osipova
19.8.2019 10:54 | Päivitetty 19.8.2019 15:39

# TULEVAISUUS ILMAN TOIMINTAKYKYÄ ON ITSEPETOS

Toimintakyky on nostettava yhteiskunnalliselle agendalle ja tuotava yhteiskunnallisten toimijoiden yhteiseksi asiaksi.

- Osa ammattikoulujen opiskelijoista ei selviydy opiskelusta sen fyysisyyden takia.
- Haasteita on näköpiirissä myös fyysisesti vaativissa töissä – pelastajat, poliisi, sotilaat, rajavartijat – kuten myös hoitajilla ja muilla arjessa fyysisiä työtä tekevillä.
- Nykymenolla 44-vuotiaan keskipaino on 24 vuoden kuluttua 95kg (88 kg/2022) ja heistä on noin 88% ylipainoisia (73%/2022). Olemme lihavin Länsi-Euroopan lihavin kansa.
- Fyysisen kunnon näkökulmasta vanhenemme 35 vuotta seuraavan 25 vuoden aikana *(trendi: edelliset 25v. – tämä hetki – tulevat 25v.)*

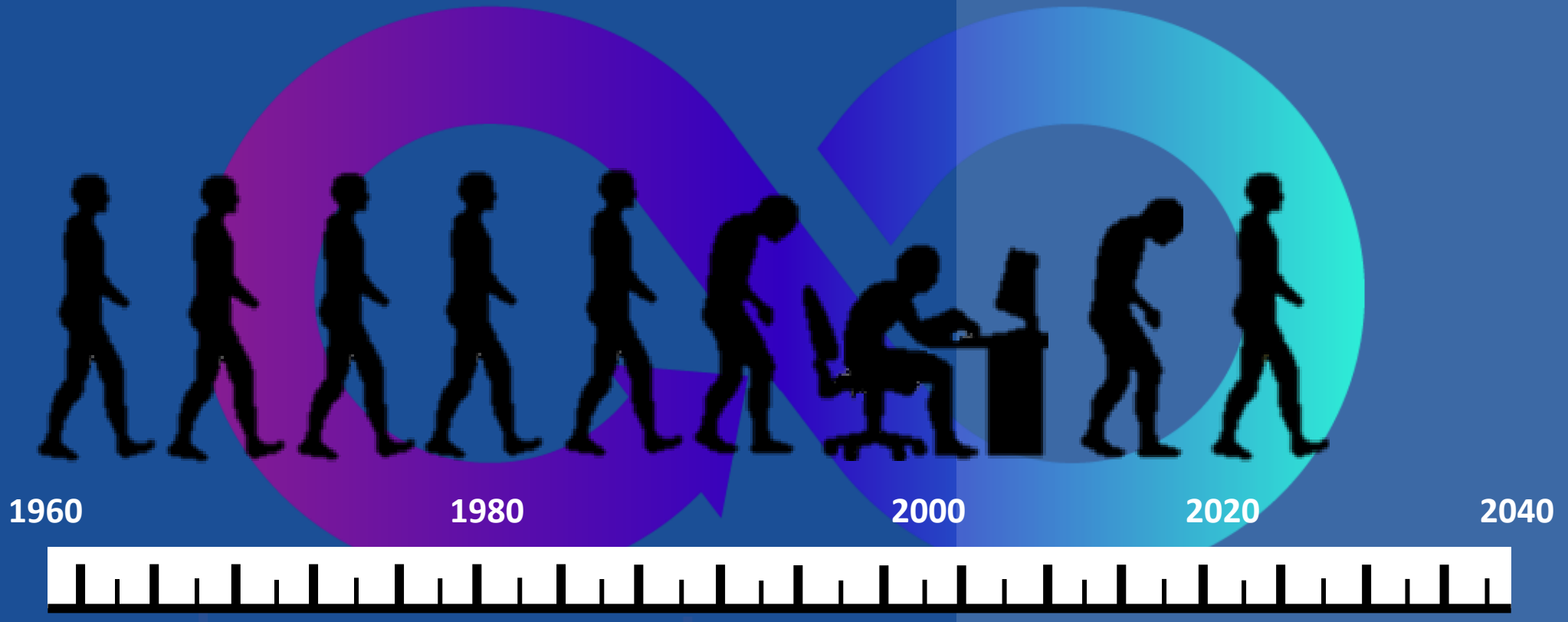
## Päivittäiset askeleet vähenevät iän myötä




*Palvelukseen, opiskeluun ja työelämään siirtyvät nuoret askeltavat päivässä saman verran kuin eläkkeelle siirtyvät. Lähde: Liikuntaraportti. OKM 2022:33.*

KYSYMYS: ”Hard times create hard people. Hard peolpe create soft times.Soft people create hard times”

# TOIMINTAKYVYN ALENEMISEN RAJA ON YLITETTY




**ILMASTON MUUTOS/LUONTOKATO:**

1962, Silence Spring

1987, Vihreä puolue perustetaan

2004, Hiilijalanjälki -kampanja

2022, Hiilineutraali Suomi tavoite

**SUOMEN VALTION VELKA % BKT:**

1962, 10,4%

1987, 14,5%

**2004**, 40,2%

**2020**, 52,5%

# Tulevaisuuskolmio

## Menneisyyden paino

Tämän päivän maailma tekee kaikkensa väestön passivoimiseksi. Elämmekö siinä uskossa, että väestömme fyysinen kunto olisi hyvä? Yritämmekö ratkaista erittäin monimutkaista ongelmaa yksinkertaistetuilla menneen maailman keinoilla?

*”Cooperin-testi on opetussuunnitelman helmi”.*

## Nykytilan työntö

Merkitystalouden korostuminen yhteiskunnassa, hyvinvointi-alueiden käynnistyminen, digitalisaation kehittyminen ja liikkumattomuuden haittojen realisoituminen luovat momentumin muutokselle.

*”Hulluutta on tehdä asiat samalla tavalla ja odottaa eri lopputulosta”. (Albert Einstein)*

## Tulevaisuuden imu

Liike lisää hyvinvointia ja säästää yhteiskunnan rahaa. Se mahdollistaa nuorille omien unelmien tavoittelun, antaa työikäisille voimia jaksaa läpi ruuhkavuosien ja varmistaa, että ikäihmiset saavat ansaitsemansa mielekkään vanhuuden.

*”Toimintakykyinen maa ja kansa 2035 - olemme liikunnallisen elämäntavan globaali edelläkävijä”.*

# Miten hyvinvointialueilla voidaan tarttua liikkumattomuuden haasteeseen?

# 10 vinkkiä liikkeen lisäämiseksi hyvinvointialueilla

**Toimenpiteitä tarvitaan sekä strategisella että operatiivisella tasolla:**

1. **Strategiaan kirjaus liikunnasta** ja siihen liittyvästä neuvonnasta sekä palveluketjuista → selkänoja toimintaan
2. Hyvinvointisuunnitelmaan ja -kertomukseen kirjaukset **fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan edistämisestä**
3. Alueellisen **liikkumisohjelman** laatiminen
4. **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ryhmä**, joka edistää liikuntaa alueen hyte-työssä
5. Järjestelmällinen yhteistyö ja **vuoropuhelu järjestösektorin ja hyvinvointialueiden välille**, esim. yhdistysfoorumi
6. **Järjestöt ja liikunta-alan yritykset mukaan** suunnittelemaan ja tuottamaan palveluita
7. Toimiva **liikuntaneuvonnan palveluketju**, ml. selkeä työn- ja vastuunjako kuntien ja hyvinvointialueiden välillä
8. Liikunta- ja liikkumisvaikutusten arvioinnin **tarkistuslista** käyttöön päätöksentekoon
9. **Kumppanuussopimukset** hyvinvointialueiden ja kuntien välillä
10. **Hyvinvointi-/tai liikuntakoordinaattorin** palkkaaminen

# Mitä voimme yhteisesti kehittää liikuntaa

- Hyvinvointisuunnitelma ja –kertomus: päivitys 2023 keväällä ja hyväksymiskierros 2023 syksyllä. Vahva liikkumisen edistämisen kirjaus
- Alueellisen liikkumisohjelman kirjaus alueelliseen hyvinvointisuunnitelmaan.
- Yhteistyö ja vuoropuhelu useiden toimijoiden kanssa
- Kuntien toimivat liikuntaneuvonnan palveluketjut. Yhteinen tahtotila sähköisen lähetteen ja kirjaamisen mahdollistamiseksi potilastietojärjestelmissä. Liikkumisen tuki ja aktiiviseen elämään kannustamisen teema osana kaikkia HVA hoito- ja palveluketjuja.
- Liikunta- ja liikkumisvaikutusten arvioinnin (LIVA) käyttöönoton tuki ja tulosten hyödyntäminen liikkumiseen liittyvässä päätöksenteossa
- Lakisääteiset yhteistyöneuvottelut ja kumppanuussopimukset hyvinvointialueiden ja kuntien välillä
- Digitaalisten mahdollisuuksien hyödyntäminen osana liikkumisen edistämistyötä

KESKI-SUOMEN HYVINVOINTI-ALUE

# 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

# YKSILÖN JA YHTEISKUNNAN TOIMINTAKYKY 2035 ON VASTUULLISUUSTEKO.

Ei ole toimintakykyistä maata ilman toimintakykyistä kansaa

SUOMEN OLYMPIAKOMITEA

# KIITOS

SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

Petri Keskitalo, johtaja, liike ja liikunnallinen elämäntapa