



KANSALLINEN
LIIKUNTA-
FOORUMI 2013

ENNAKKOMATERIAALI

TERVETULOA
KANSALLISEEN
LIIKUNTAFOORUMIIN!

Ohessa käyttöönnne Foorumin ennakkomateriaalit. Niihin on koottu näkemystä ja näyttöä siitä, miltä liikuntakulttuuri näyttäytyy toimijoiden, tilastojen ja tutkimusten valossa. Materiaalin tehtävänä on herättää keskustelua ja luoda raamia yhteiselle kokoontumiselle.

MILTÄ LIIKUNTAKULTTUURI NÄYTTÄÄ NYT?



MIKA ANTONEN

ENERGIAYHTIÖ ST1 OY:N PÄÄMISTAJA JA HALLITUKSEN PJ

» Nykytilanteen kuvaus riippuu siitä, mitä sanalla liikuntakulttuuri tarkoitetaan. Liikunnan trendi Suomessa on selkeästi negatiivinen. Lasten ja nuorten omatoiminen liikkuminen vähenee koko ajan. Aikuisten liikkumisen erot kasvavat; himoliikkujat vrs. sohvaperunat. Kansan fyysinen kunto ja terveys heikkenevät. Kaikkien toimien edistäminen, joilla trendi käännetään, tulee olla kansakunnan agendalla. Monestakin syystä, eikä vähiten taloudellisista syistä. Elintasosairaudet ovat ehkä suurin hyvinvointiyhteiskunnan uhkatekijä. ■

PAAVO ARHINMÄKI

KULTTUURI- JA URHEILUMINISTERI

» Samaan aikaan kun kuntoliikunta tavoittaa paljon uusia ihmisiä, syrjäytyy kasvava osa väestöstä liikunnasta kokonaan. Asenteisiin ja liikuntakulttuuriin vaikutamme me kaikki, mutta kiireisintä on nyt muuttaa toimintatapoja niin, että etenkin nuoria ei syrjäytetä liikunnasta kohtuuttomilla kustannuksilla ja harrastehenkisten vaihtoehtojen puutteella.” ■

NIINA EPÄILYS

OULUN KAUPUNGIN LIIKUNTAJOHTAJA

» Liikuntakulttuurin käsite ja sisältö vaatisivat uutta tarkastelua ja määrittelyä yhteiskunnallisen kontekstin ja toimintaympäristössä tapahtuneiden ja tapahtuvien muutosten johdosta. Liikunnan merkitys korostuu tulevaisuudessa entistäkin enemmän hyvinvoinnin peruspilarina, sillä arkiliikunnan vähenemisestä ja liikunnan harrastuneisuuden polarisaatiosta on selkeää tutkimuksellista näyttöä. Myös liikuntakulttuurin muutostrendit kiihtyvät uusien lajien myötä. Liikuntakulttuuri on vahvasti ajassa elävää ja heijastelee yhteiskunnallista tilaa ja elämäntapaa laajemminkin. Liikunnan ja liikunnallisen elämäntavan edistäminen tulee nähdä entistä laajemmin eri toimijoiden; perheiden, urheiluseurojen, yhdistysten, työyhteisöjen, kuntien ja sen eri toimialojen, valtion jne. yhteistyön tuloksena. Miten hyvin me tässä yhteistyössä, tehtäväjaossa ja ”yhteen hiileen puhaltamisessa” onnistutaan, sillä on suuri kansantaloudellinen ja kansanterveydellinen sekä terveyseroihin vaikuttava merkitys. Liikunta ja sen edistäminen tulee sada niin valtiollisessa kuin kunnallisessa päätöksentekoprosesseissa strategiseksi asiaksi – ei vain esitetyiksi ja kirjatuiksi toimenpide-ehdotuksiksi.” ■

LEENA HARKIMO

KANSANEDUSTAJA, VALTION LIIKUNTANEUVOSTON PJ

» Liikuntakulttuuri on monipuolinen eri tavoilla fyysistä aktiivisuutta kuvaava käsite eri hallinnon sektoreilla. Liikuntakulttuurin edistäminen ei ole pelkästään OKM:n tehtävä vaan, jotta Suomi olisi maailman liikkuvin urheilukansa 2020, on liikuntaa edistettävä monipuolisesti eri politiikan päätöksissä. Liikuntakulttuuri kattaa yhtäläillä kaiken niin lasten liikunnasta ja harrastuneisuudesta kuntoliikuntaan ja huippu-urheiluun sekä soveltavaan liikuntaan kuten myös erinäköiset tapahtumat ja kilpailut. Liikuntakulttuurin viihdearvo näkyy myös alan kaupallistumisessa ja tulevaisuudessa varmasti myös sektorin yrittäjyydessä.” ■

EINO HAVAS

LIKUNNAN JA KANSANTERVEYDEN EDISTÄMISSÄÄTIÖN JOHTAJA

» Liikuntakulttuuri on monitahoinen verkko. Solmukohtia ovat urheilija/liikkuja, seura, lajijärjestö ja kattojärjestöt. Jokaiseen solmukohtaan sitoudutaan vahvasti, erilaisin motiivein ja toiminnan lainalaisuuksin. Kerrokset kohtaavat harvoin yhteisin teemoin ja tavoittein, tai ainakin niitä on vaikea nähdä. Siksi urheilijalla voi mennä hyvin, ja lajin päättäjillä huonosti. Kokonaisuus näyttää ulospäin kaottilta; pienin yhteinen nimittäjä puuttuu. ■

PEKKA HONKANEN

SUOMEN URHEILUMUSEOSÄÄTIÖN JOHTAJA

» Liikuntakulttuurissa on saatu lähihistoriassa paljon aikaan. Terveysliikunta on lyönyt itsensä läpi, liikuntapaikkoja on moneen makuun ja huippu-urheilukin kiinnostaa. Liikuntakulttuurissa vallitsee kuitenkin epävarmuus siitä, mihin ollaan tai mihin pitäisi olla menossa. Hankalana aikana liikuntakulttuurin eri toimijoiden väliset jännitteet ovat voimistuneet.” ■

MAIJA INNANEN

STADION-SÄÄTIÖN TOIMITUSJOHTAJA

» Urheilun viihteellistyminen ja medialisuminen tuo urheiluun lisää kilpailua sekä urheilun sisällä että muiden viihteen alueiden kesken. Kansalainen etsii markkinoilta itselleen parasta tuotetta sekä liikunnan harrastajana että urheilun kuluttajana. Erilaiset korvaukset, kuten urheilun suur tapahtumien oikeudet, pelaajakorvaukset ja lippujen hinnat ovat karanneet osin käsistä. Liikunnan ja urheilun vilppi ja eettiset ongelmat lisääntyvät, samalla kun yhteiskuntavastuu ja eettiset pelisäännöt nousevat esiin suuren yleisön toimesta.

Samalla kun liikunnallinen elämäntapa valtaa alaa, lisääntyvät liikumattomuus ja ylipaino. Liikunnan polarisaatio näkyy jo: liikumattomuus vs. lasten urheilun liian suuri harjoitusten ja kilpailujen määrä. Miten löytää balanssi ja pitää suuret joukot mukana sekä välttää drop out? Harrastamisen hinta etenkin kilpaurheilussa on niin korkea, että haluttu harrastus ei ole kaikkien saatavilla. Järjestäytyneen urheilun ylärakenteet kaipaavat uudistamista, sillä ne toimivat vajaa-teholla eivätkä tue riittävästi liikkumista elämäntaarella, eivätkään urheilijaksi kasvamista. Vuorovaikutteinen kumppanuus ja kyky nähdä kokonaisuuksia ovat vähissä. Kansalaistoiminnan ja erityisesti urheiluseurojen merkitys tulisi ymmärtää paremmin. Olennainen kysymys on, miten vahvistaa yhteisöllisyyttä ja yhdessä tekemistä, jottei menetä vapaaehtoisia ohjaajia, valmentajia, talkoolaisia, seura-toimijoita. Poikkihallinnollisen yhteistyön tarve sekä valtiotasolla että kunnissa on suuri.” ■

TEEMU JAPISSON

VALO RY:N PÄÄSIHTEERI

» Suomalainen liikuntakulttuuri on viimeisten vuosien aikana monipuolistunut ja se on laajempi kuin koskaan aikaisemmin. Yhteiskunnan muutokset haastavat kaikki liikuntakulttuurin eri osa-alueet aina huippu-urheilusta liikumattomien liikuttamiseen. Yhdessä oppiminen ja eri toimijoiden voimien yhdistäminen on ratkaisevaa onnistumisen kannalta. Tässä ollaan hyvässä vauhdissa ja minä uskon, että ”liikunnan ja urheilun jytty” on nurkan takana.” ■



TIINA KIVISAARI

SUOMEN PARALYMPIAKOMITEAN PÄÄSIHTEERI

”Urheilu- ja liikuntakulttuurin muutos on jatkuva ja siihen vaikuttavat myös kansainvälisellä kentällä tapahtuvat muutokset. Tiukka talous määrittää päätöksiä vielä pitkään. Keskustelu kulttuurin muutoksesta on vasta alkanut. Maailman liikkuvien kansa 2020 tavoitteen on sisäistänyt vasta kovin pieni joukko kansasta ja päättäjistä. Muutos elää kahdessa aikajanassa: toihin on tartuttava heti, mutta tuloksia täytyy odottaa kärsivällisesti. Yhteistyö eri toimijoiden välillä tiivistyy edelleen, osin pakokin edessä. Vaarana on, että tärkeitä asioita hukkuu kun maalaan liian suurella pensselillä. Paraurheilulle on haaste olla olemassa yleisölle ja medialle myös Paralympialaisten välillä – tavoitteena on pitää urheilijamme keskiössä koko ajan! Muutos tuo myös positiivista – uusia toimintatapoja ja jopa uusia lajeja. Kuinka moneen huippu-urheilijaan meillä on varaa? Unelmien ja todellisuuden kohtaaminen: teemme töitä saadaksemme lisää urheilijoita ja lisää näkyvyyttä myös vammaisurheilulle, antaako tiukka talous mahdollisuuksia edellä mainittuihin? Uskallammeko tehdä valintoja?” ■

KIRSTI PARTANEN

WORLD GYMNAESTRADA 2015, JÄRJESTELYTOIMIKUNNAN PJ

”Liikuntakulttuuri on monipuolistunut ja liikunnalla ja urheilulla on itseisarvonsa. Samaan aikaan liikkumattomuuden ja vähäisen liikunnan yhteiskunnallinen painoarvo sekä haitat yksilön hyvinvoinnille ja urheilijaksi kasvamiselle tiedostetaan. Liikunta ja urheilu reagoi liian hitaasti toimintaympäristön sekä ihmisten arjen, tarpeiden ja motiivien muuttumiseen. Edistymistä siinä, että liikuntakulttuurin eri osa-alueilla ollaan siirtymässä joko-tai ajattelusta laaja-alaisempaan sekä-että ajatteluun, on onneksi tapahtunut. Liikunnalla ja urheilulla ei ole varaa olla liittoutumatta muiden toimijoiden kanssa. Julkisella, yksityisellä ja kansalaisjärjestösektoreilla tarvitaan sisäistä toimintatapojen ja ajattelun muutosta sekä näiden välillä horisontaalista yhteistyötä, uusia ratkaisuja, rakenteiden ja roolien tarkastelua, siltoja ja kumppanuuksia. Yhteisellä tekemisellä kokonaisresursseja ja saavutettuja tuloksia voidaan lisätä ja hyödyttää yhteiskuntaa ja koko väestöä aina liikkumattomista huippu-urheilijoihin. ■

SEPPO SAMMELVUO

LIIKUNTANEUVOS

”Yleinen ilmapiiri liikuntaa kohtaan on varsin myönteinen. Liikunnan merkitys ihmisen hyvinvoinnille tunnustetaan yleisesti. Tutkimuksia, liikuntasuosituksia ja kehittämissuunnitelmia eri-ikäisten ihmisten liikuttamisesta on paljon, resurssit ovat lisääntyneet ja huippu-urheilu sekä suomalaisten menestyminen kiinnostavat laajasti, kuten äskeiset Moskovan MM-kisat osoittivat. Tästä huolimatta suuri osa suomalaisista – vauvasta vaariin – ei liiku terveytensä kannalta riittävästi. Kehittämissuunnitelmat vaativat toteutuakseen pitkäjänteisen toteutuksen ja seurannan siitä, mitä todella saadaan aikaan. Nyt on vähän sellainen tuntu, että ennen kuin entisessä ohjelman toteutuksessa on päästy kunnolla alkuun, ollaan jo väsäämässä uutta ja eri ohjelmien koordinaatioita ei ole. Visio ”Suomi on maailman liikkuvien urheilukansa vuonna 2020” vaatisi toteutuakseen muutoksia nykyisiin toimintatapoihin ja rakenteisiin, yhteistä tekemistä. Visiosta oli vielä helppo sopia eri osapuolten kesken, mutta kun on edetty ohjelman toteutuspuolelle, on ollut vaikeampaa. Kun tähän asti on touhuttu pitkälti omissa pöytänsänsä, niin aidosti yhteisessä tekemisessä on opeteltavaa. Valon syksyllä valittava johto on ison haasteen edessä. Niin ikään liikuntalain uudistamisessa vaaditaan sitä Konsta Pylkkäsen kaukoviisautta. ■

HARRI SYVÄSALMI

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖN LIIKUNTAYKSIKÖN JOHTAJA

”Liikunta käsitteenä on moninaistunut, lauantunut ja saanut uusia toteuttamismuotoja viimeisten vuosikymmenten aikana. Riippuen käsitteen käyttäjästä se voi tarkoittaa kaikkea liikuntaan liittyvää aina huippu-urheilusta kauppatietojen asiointiin kävelen tai pyörällä. Tämä on johtanut tilanteeseen, jossa eri toimijoiden roolit liikunnan kentällä hakevat uomiaan ja kokonaiskuva on hämartyntä. Ydinkäsitteiden nyt uudistettavan liikuntalain kohdalla on a) muodostaa kaikkien keskeisten liikuntatoimijoiden yhteisesti ymmärtämä käsite siitä, mitä liikuntakulttuurilla tarkoitetaan ja tästä johdettuna b) mitkä ovat eri toimijoiden roolit edistää liikuntaa ja liikkumisen eri variaatioita. Yhteiskunnan kehityskulku on ajanut ihmiset fyysiseen passiivisuuteen. Liikkumattomuus on niin moniulotteinen asia, että sen syvintä ydintä ei ratkaista yksin liikuntasektorin voimin, vaan mukaan tarvitaan koko yhteiskunnan reaktio. Liikuntayksikön vastuulla on puolestaan huolehtia liikuntakulttuurin ytimen, mm. liikunnan kansalaistoiminnan, elinvoimaisuudesta ja tukirakenteista niin, että se säilyy ja vahvistaa asemaansa suomalaisten suurimpana kansanliikkeenä. Toivon, että Kansallinen liikuntafoorumi tarjoaa kattauksen nostaa liikunnan yhteiskunnallista profiilia, päätyen toivottavasti Heureka-tyyliseen oivallukseen!” ■

SARIANNA SIPILÄ

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTON LIIKUNTAGERONTOLOGIAN PROFESSORI

”Fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan harrastamisen hyödyt ovat kiistattomat ja ne ulottuvat eri elämän osa-alueille. Liikunnan hyödyt voidaan kuitenkin saavuttaa vain takaamalla tasa-arvoinen osallistumisen mahdollisuus kaikille ikään, terveyteen ja sosioekonomiseen asemaan katsomatta. Ikääntyvän yhteiskunnan haasteena on iäkkäiden kansalaisten toimintakyvyn ylläpitäminen. Fyysisesti aktiivinen elämäntapa tukee aktiivisena vanhenemista ja siten mahdollistaa osallistumisen yhteiskunnan tarjoamiin mahdollisuuksiin. Liikuntakulttuurin kehittämisessä iäkkäät ihmiset voivat toimia monin tavoin voimavarana, mikäli heitä kuunnellaan ja heille annetaan siihen mahdollisuus.” ■

JAN VAPAAVUORI

ELINKEINOMINISTERI

”Liikuntakulttuurin tila riippuu siitä, miten liikuntakulttuuri määritellään. Jos tarkoitamme organisoitua liikuntaa, tilanne on kohtuullinen vaivastuvasta huippu-urheilumenestyksestä huolimatta. Mutta jos miellämme liikuntakulttuurin laajemmin organisoimattoman liikunnan alueelle ja tarkastelemme asiaa kokonaisuudessaan kansanterveydellisestä ja kansantaloudellisesta tulokulmasta, tilanne on erittäin huono. Tällä saralla kaikki keskeiset vaikuttavuusmittarit näyttävät alaspäin. Liikuntakulttuurimme suurin ongelma onkin se, että keskeiset liikuntakulttuurin toimijat tulkitsevat liikuntakulttuurin auttamattoman vanhakantaisesti ja kapeasti.” ■

TOMMI VASANKARI

UKK-INSTITUUTIN JOHTAJA

”Liikuntakulttuuri on, osana muuta yhteiskuntaa, suurten muutosten kohteena. Samalla kun yhteiskunta odottaa entistä enemmän liikunnan toimijoilta vastauksia ja panostusta väestön liikunta-aktiivisuuden lisäämiseen, liikunnan ydintoimijat miettivät fokuksen siirtämistä entistä selvemmin liikunnasta urheiluun. Tämän kysymyksen tasapainoinen ratkaiseminen tulee merkittävästi vaikuttamaan siihen, minkälaisen painoarvon liikuntakulttuuri yhteiskunnassamme jatkossa saa.” ■



LIKUNNAN TUNNUSLUKUJA

LIKUNNAN RAHOITUS

LIKUNNAN RAHAVIRRAAT 2 MILJARDIA EUROA

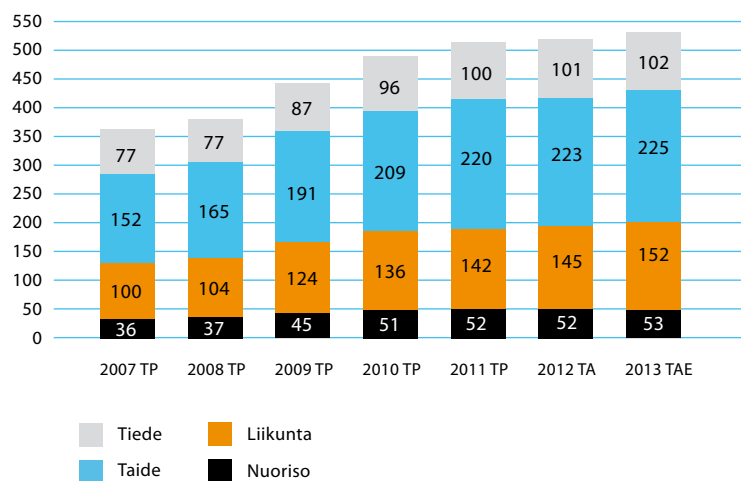
Suomalaisen liikunnassa ja urheilussa liikkuu rahaa vuositasolla arviolta kaksi miljardia euroa. Liikuntaa ja urheilua rahoitetaan monesta eri kanavasta. Suurimmat rahoittajat ovat kotitaloudet ja kunnat. Muita rahoittajia ovat mm. valtio, seurat, työnantajat ja sponsorit.

Yksityiset liikunnan kuluttajat I. kotitaloudet:	2 000 m€ / v
Vapaaehtoistoiminta: laskennallinen arvo	1 650 m€ / v
Kunnat: käyttömenoina ja investointimenoina	700 m€ / v - tuki seuroille 45 m€ - liikuntapaikkarakentaminen 400 m€
Yritysten työpaikkaliikunta	400 m€ / v
Valtion liikuntabudjetti	150 m€ / v
Urheilusponsorointi	50–70 m€ / v

TIETEEN, TAJTEEN JA LIKUNNAN NUORISOTYÖN VEIKKAUS- VOITTOVARAT 2007–2013

Suomalaisen liikunnan ja urheilun valtion rahoitus koostuu lähes kokonaisuudessaan veikkausvoittovaroista. Urheilu ja liikuntakasvatus ovat alkuperäiset veikkausvoittovarojen edunsaajat vuodelta 1940. Vuosien saatossa urheilun ja liikuntakasvatuksen saama rahoitusosuus on pienentynyt. Jakosuhdelain mukaan veikkaus- ja vedonlyöntipelien sekä raharpajaisten tuotot käytetään tällä hetkellä urheilun, liikuntakasvatuksen, tieteen, taiteen ja nuorisotyön tukemiseen: 25 prosenttia urheilun ja liikuntakasvatuksen edistämiseen, yhdeksän prosenttia nuorisotyön edistämiseen, 17,5 prosenttia tieteen edistämiseen ja 38,5 prosenttia taiteen edistämiseen.

Tieteen, taiteen, liikunnan ja nuorisotyön veikkausvoittovarot 2007–2013



VALTION LIIKUNTABUDJETTI

LIIKUNTAPOLITIIKAN TAVOITTEET:

Liikuntalain (1998) tarkoituksena on edistää liikuntaa, kilpa- ja huippu-urheilua sekä niihin liittyvää kansalaistoimintaa, edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla. Lisäksi lain tarkoituksena on liikunnan avulla edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta sekä tukea kulttuurien moninaisuutta ja ympäristön kestävää kehitystä.

LIIKUNTAPOLITIIKAN YHTEISKUNNALLISEN VAIKUTTAVUUDEN TAVOITTEET (2013):

- 1) Liikunta on yhdenvertaisesti saavutettavissa
- 2) Liikunnallinen elämäntapa yleistyy
- 3) Liikunnan kansalaistoiminta lisää väestön osallistumista ja vahvistaa osallisuutta
- 4) Eettinen ja yhteiskuntavastuullinen huippu-urheilutoiminta kasvattaa liikunnasta kiinnostuneiden määrää

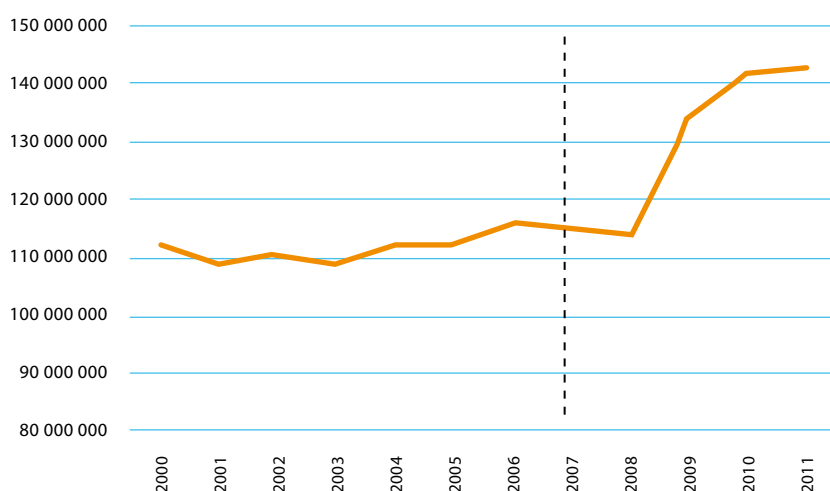
MIHIN VALTION LIIKUNTAAN KOHDISTAMAT REILUT 150 MILJOONAA KÄYTETÄÄN?

Liikunnan kansalaistoimintaan	48 790 000
Liikuntapaikkarakentamiseen	25 050 000
Liikunnan koulutuskeskuksille	22 580 000
Valtionosuus kuntien liikuntatoimintaan	19 147 000
Tiedolla johtamiseen ja tietopohjan vahvistamiseen	7 150 000
Huippu-urheiluun	6 000 000
Lasten ja nuorten liikunnan kehittäminen	5 300 000
Terveyttä edistävään liikuntaan	3 800 000
Antidopingtoimikunnalle liikunnan antidopingtoimintaan	2 900 000
Opetus- ja kulttuuriministeriön käytettäväksi	2 596 000
Maahanmuuttajien kotoutuminen liikunnan avulla	1 100 000
Kansainväliseen yhteistyöhön	745 000
Valtion liikuntaneuvoston toimintaan	480 000
Liikunnan aluehallinnon toimintaan	350 000
Veikkausvoittovarat yhteensä	145 988 000
Helsingin Olympiastadionin perusparannukseen	6 300 000
Yhteensä	152 288 000

VALTION LIIKUNTAMÄÄRÄRAHAT VUOSINA 2000–2011

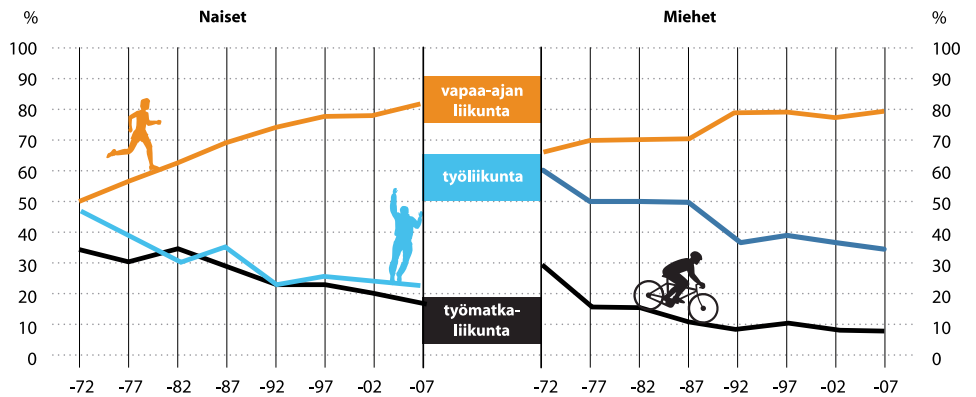
Euromääräisesti lisääntyneet määrärahat kohdistettiin erityisesti liikuntapaikkarakentamiseen, jossa määräraha nousi 72 % vuoden 2007 n. 16,3 miljoonasta eurosta vuoden 2011 n. 28,1 miljoonaan euroon ja kansalaistoiminnan vahvistamiseen, jossa määräraha nousi 40 % vuoden 2007 n. 33,5 miljoonasta eurosta vuoden 2011 n. 46,8 miljoonaan euroon. Suhteellisesti prosentteina eniten nousi huippu-urheilun tuki (n. 152 %), jonka määräraha nousi vuoden 2007 n. 2,7 miljoonasta eurosta vuoden 2011 n. 6,9 miljoonaan euroon.

Valtion liikuntamäärärahat vuosina 2000–2011 (€, indeksikorjattu).



HAASTE IHMISTEN FYYSISSÄ PASSIVOITUMISESSA — MITEN ONGELMA RATKAISTAAN?

Pääpiirteissään suomalaisten liikuntakäyttäytymistä kuvaa vapaa-ajan liikuntaharrastamisen suosion säilyminen ja osittainen lisääntyminen. Samalla työn fyysinen kuormitus on pääpiirteissään vähentynyt kasautuen osittain tietyille ammattiryhmille. Suuri haaste on arjessa tapahtuvassa liikkumisessa, mm. työmatkaliikunta on vähentynyt.



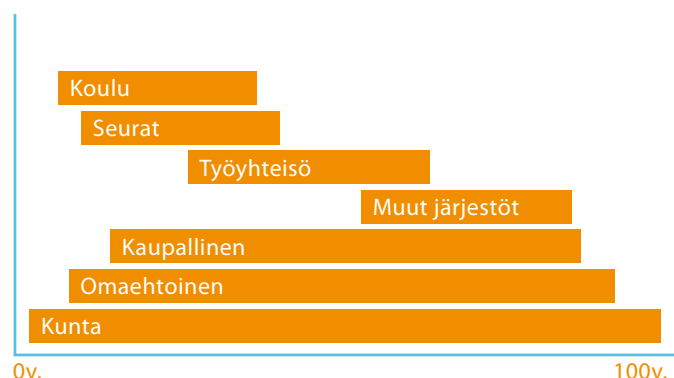
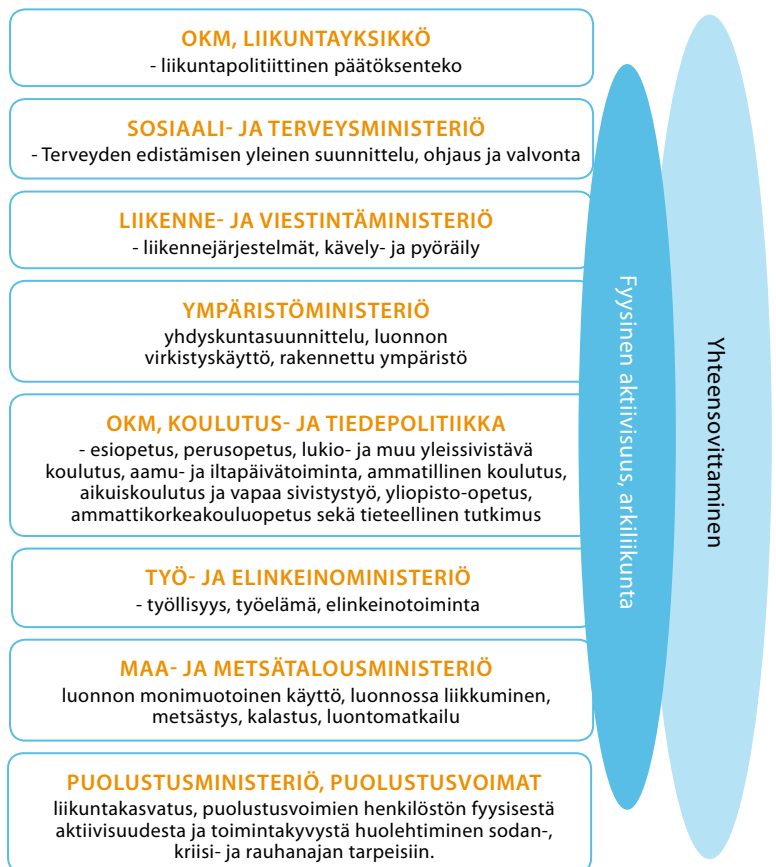
Suomalaisten fyysinen aktiivisuus. Eri fyysisen aktiivisuuden osuudet (%) 25–64-vuotiailla naisilla ja vuosina 1972–2007. Finriski, 1972–2007 THL.

TARVITAAN HORIZONTAALISTA YHTEISTYÖTÄ

Merkittävä osa erityisesti arkiliikuntaa koskevista päätöksistä tehdään opetus- ja kulttuuriministeriön liikuntatoimialan ulkopuolella. Liikuntatieteellisen Seuran selvityksen (VLN 2012:1) mukaan liikuntapolitiikan rooli arkiliikunnan edistämiseksi on rajallinen, ainoastaan 5 prosenttia. Varhaiskasvatukseen, koulun, työelämän, vanhustenhuollon ja liikennesuunnittelun ratkaisut määrittävät pitkälti väestön kokonaisaktiivisuuden määrän. Fyysisen aktiivisuuden edistäminen ei ole riittävästi integroinut osaksi muiden hallinnonalojen työtä.

Liikkumattomuus maksaa ja sen aiheuttamisen kustannusten ennustetaan kasvavan voimakkaasti lähitulevaisuudessa. Yhdysvalloissa vähäisen liikunnan aiheuttamien kustannusten arvioidaan kaksinkertaistuvan seuraavan 20 vuoden aikana. Kehittyvissä talouksissa, kuten Kiina ja Intia, kustannusten kasvuksi ennustetaan jopa 500 prosenttia 20 vuodessa. Suomessa vuonna 2007 liikkumattomuuden kustannukset pelkästään diabeteksen kokonaiskustannuksista olivat Suomessa yli 700 miljoonaa euroa.

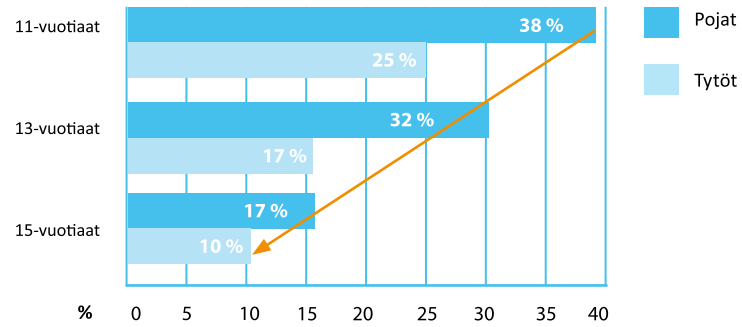
Liikuntalain (1998) yleisten edellytysten luominen liikunnalle on valtion ja kuntien tehtävä. Liikunnan järjestämisestä vastaavat pääasiassa liikuntajärjestöt. Eri toimijoiden roolit ihmisten liikkuttamisessa vaihtelevat elämäntilanteen mukaan.



TRENDEJÄ VÄESTÖN LIIKUNTAKÄYTTÄYTYMISESTÄ

Liikunta-aktiivisuuden väheneminen murrosiässä on globaalisti tunnistettu tosiasia. Suomessa pudotus on kuitenkin poikkeuksellisen voimakas. WHO-Koululaistutkimus osoittaa, että liikuntasuosituksen täyttävien 15-vuotiaiden poikien osuus on 55 % ja tyttöjen 58 % pienempi kuin 11-vuotiaiden. Lukuja synkentävät arki liikunnan vähäisyys sekä tuhansilla nuorilla tapahtuva seuraharrastamisen lopettaminen.

SUOMALAISTEN NUORTEN LIIKKUMINEN



Suomalaisten nuorten päivittäinen, vähintään 60 minuuttia kestävä liikunta.

LIIKUNNAN MÄÄRÄ VÄESTÖRYHMITTÄIN

VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNNAN SUOSITUSTEN (2005) mukaan lapsi tarvitsee joka päivä vähintään 2 tuntia reipasta liikuntaa.

- Tutkimusten mukaan suositeltava määrä ei kuitenkaan toteudu valtaosalla 3-vuotiaista, eikä kolmasosalla 3-6 -vuotiaista lapsista. Hoitopäivän aikana lähes 60 % lapsen leikkimiseen käyttämästä ajasta on inaktiivista paikallaanoloa.

KOULUIKÄISTEN LIIKUNTASUOSITUKSEN mukaan koulu-ikäisten lasten ja nuorten tulisi liikkua monipuolisesti vähintään 1–2 tuntia päivässä. (OKM & Nuori Suomi)

- Kokonaisuudessaan lapsista ja nuorista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi noin puolet.
- Lasten ja nuorten liikuntatottumukset eivät ole muuttuneet paljon 2000-luvulla. Lasten arkielämän liike on vähentynyt, mistä johtuen edes kaikki organisoidun liikunnan parissa harrastavat lapset eivät täytä suositusten mukaisen liikunnan määrää.
- Viidennes lapsista ei liiku käytännössä lainkaan.
- Puberteetin kynnyksellä 11-vuoden iässä liikkumisen määrä on korkeimmillaan, jolloin pojista 48 prosenttia ja tytöistä 37 prosenttia ylittää liikuntasuosituksen määrään.
- Dramaattisin liikunta-aktiivisuuden lasku tapahtuu 15-ikävuoteen tultaessa, jolloin pojista vain 15 prosenttia ja tytöistä yhdeksän prosenttia täyttää liikuntasuosituksen. Suomessa pudotus on keskimäärin suurempi kuin muissa länsimaissa.
- Ammattiin opiskelevien liikunta- ja terveystottumukset ovat pääosin heikommalla kuin samanikäisillä lukio-opiskelijoilla.
- Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2012) mukaan opiskelijoista 24 prosenttia harrasti kuntoliikuntaa ainakin neljä kertaa viikossa. Joka kymmenes opiskelija ei liiku lainkaan. Runsaasti liikkuvien osuus on hieman kasvanut edellisiin tutkimusvuosiin (2000, 2004, 2008) verrattuna.

AIKUISVÄESTÖN LIIKUNTASUOSITUKSEN mukaan kestävyyskuntoa tulisi harjoittaa liikkumalla reippaasti yhteensä vähintään kaksi ja puoli tuntia viikossa tai liikkumalla rasittavasti yhteensä

tunnin ja viisitoista minuuttia viikossa. Lisäksi tulisi kohentaa lihaskuntoa ainakin kaksi kertaa viikossa.

- Runsas kymmenesosa 15–64-vuotiaista täyttää terveystuokunnan suosituksen kokonaisuudessaan. Parhaiten suosituksen ylittävät nuoret miehet, heikoimmin eläkeikää lähestyvät. Viidennes työikäisistä ei liiku käytännössä lainkaan.
- Liikunnan harrastaminen vapaa-ajalla on viime vuosikymmenten aikana lisääntynyt, mutta fyysinen aktiivisuus työssä ja arjessa on vähentynyt.
- Entistä suurempi osa työmatkoista kuljetaan henkilöautolla. Etenkin naisten työmatkaliikunta on vähentynyt. Työmatkoista vain vajaa 20 prosenttia tehdään kävelen tai pyörällä.
- 25–64-vuotiaat istuvat keskimäärin yli seitsemän tuntia päivässä, mikä on uusimpien tutkimusten mukaan terveydelle haitallista. Eniten istuvat nuoret miehet.
- Yleisimmät työkyvyttömyyden syyt Suomessa ovat mielen-terveyden häiriöt, tuki- ja liikuntaelinsairaudet ja sydän- ja verisuonitaudit.

IÄKKÄIDEN LIIKUNNASTA on annettu kansainväliset terveystuokuntasuositukset. Suositusten mukaan on tärkeää liikkua säännöllisesti ja harjoittaa kestävyttä, lihaskuntoa, tasapainoa sekä liikkuvuutta. Voima- ja tasapainoharjoittelun tulee olla tavoitteellista ja nousujohteista. Iäkkään kanssa tulee laatia yksilöllinen liikuntasuunnitelma ja harjoitusohjelma, johon liittyy liikuntakyvyn arviointi ennen ja jälkeen harjoitusjakson. Liikuntasuunnitelma päivitetään säännöllisesti.

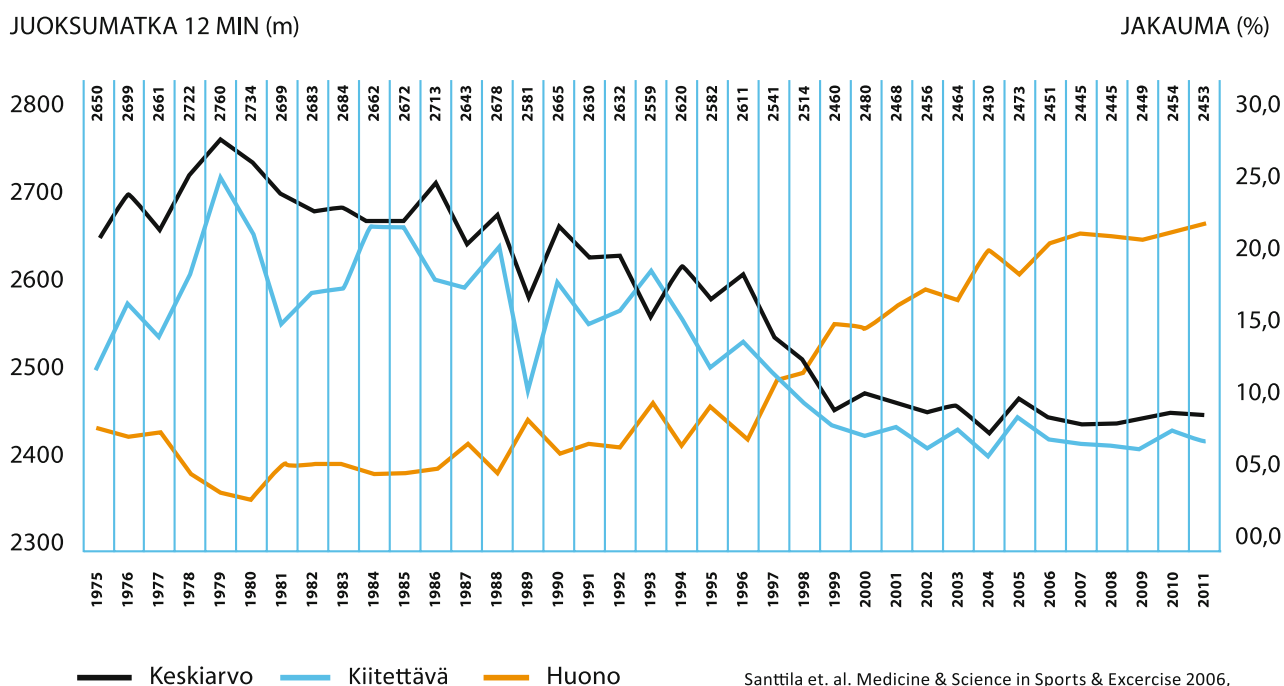
- Vain muutama prosentti täyttää sekä kestävyys- että lihaskuntoliikunnan suosituksen. Kestävyysliikuntasuosituksen täyttää reilu neljännes eläkeikäisistä, lihaskuntoliikuntasuosituksen vain joka kymmenes.
- Sekä ulkona kävely että muu liikunta ovat vähentyneet, mutta liikunnan tehokkuus näyttäisi hieman lisääntyneen. Kävelylenkkeily on suosituin liikuntalaji. Sauvakävely, kuntosaliharjoittelu ja hiihto ovat lisänneet suosiotaan.
- Viidesosa eläkeikäisistä ei liiku viikoittain lainkaan.
- Selvä enemmistö toteuttaa liikuntaharrastuksensa pääosin oma-toimisesti, yksin. Urheiluseurojen palveluja käyttää kuusi prosenttia ja muiden liikuntajärjestöjen viisi prosenttia ikääntyneistä. ■

TIEDÄMMEKÖ SITTENKÄÄN KAIKKEA LIIKUNNAN MÄÄRÄSTÄ?

Käsitys väestön liikunnan määrästä on pohjautunut pitkälti kyselytutkimuksiin. Objektiiviset mittaukset ja kuntotestit, painokäyrät jne. antavat negatiivisemman kuvan todellisesta liikunta-aktiivisuudesta. Yhtenä indikaattorina toimii varusmiesten juoksutesti.

Palvelukseen astuvien miesten juoksutestin keskiarot ja jakaumat 1975-2011

Lähde: Pääesikunta, henkilöstöosasto



Santtila et. al. Medicine & Science in Sports & Exercise 2006, mukailleen PEHENKOS, VM-kuntotestitulokset

HUIPPU-URHEILU MUUTOSTILASSA

SUOMI ON HISTORIAN YKSI MENESTYNEIMMISTÄ HUIPPU-URHEILUMAISTA.

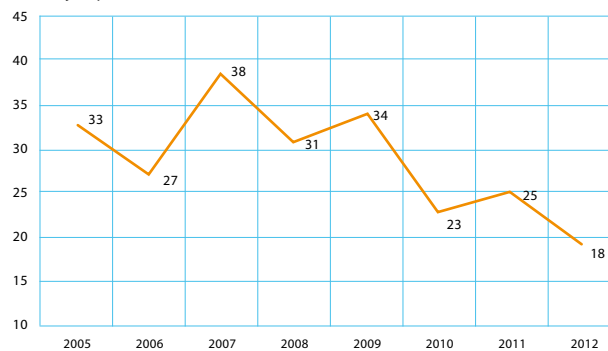
• Menestys perinteisissä lajeissa, kuten yleisurheilu, mäkihyppy, miesten maastohiihto, yhdistetyn hiihto, nyrkkeily ja paini on hiipunut. Kestävyysslajien sijaan taito-, tekniikka- ja joukkuelajit sekä vammaisurheilu ovat nostaneet profiiliaan. Miesten koripallossa Suomi on noussut muutamassa vuodessa eurooppalaisen keskitason yläpuolelle. Miesten lentopallossa Suomi on vakiinnuttanut asemansa Euroopan 8–10 parhaan maan joukossa. Paras yksittäinen sijoitus on EM-kisojen neljäs sija 2007. Miesten jääkiekossa Suomi on pysynyt jatkuvasti jääkiekon arvokisamitaleista kamppailevien maiden joukossa. Salibandyssä Suomi on asemoinut itsensä pysyväksi mitalimaaksi, miesten puolella jopa pysyväksi finaali- ja mestaruusmaaksi. Naisten jalkapallossa Suomi on vakiinnuttanut asemansa EM-tasolla.

- Olympialaisissa Suomen menestys on historian heikointa: viisissä viimeisissä kisoissa Suomi on saavuttanut vain yhden kultatähtä. Suhteessa muihin Pohjoismaihin Suomen maakohdittainen sijoitus on merkittävästi pudonnut.
- Vuosien 2004–2013 välisenä aikana valtion kohdistamat suorat tuet huippu-urheiluun ovat kasvaneet 5,2 miljoonasta eurosta 14,1 miljoonaan euroon eli noin 170 prosenttia.
- Suomi häviää muille Pohjoismaille urheilusponsoroinnin osalta.
- Keskustelu ja toimenpiteet ovat pitkälti keskittyneet dopingin vastaiseen työhön. Ongelmat niin dopingrikosten, vedonlyöntivilppien, yhdenvertaisuuskysymysten, vähemmistöjen kohtelun, katsomoväkivallan kuin myös lasten ja nuorten suojeluun liittyvissä kysymyksissä ovat esillä näkyvästi yhteiskunnallisessa keskustelussa haastaen urheilun integriteettiä, arvostusta ja sitä kautta myös rahoituspohjaa.

MAAILMAN- MESTARUUSMITALIT

Mukana olympialajien lisäksi: Ammunta (ISSF:n lajit), autourheilu (Formula1, ralli), biljardi (pool, snooker), jääpallo, keilailu, moottoripyöräily (RR, enduro, trial, motocross), moottoriveneily (Formula1), salibandy, suunnistus, voimanosto.

Laajempi tarkastelu MM



PARAOLYMPIALAISET

Vammaisurheilumenestys on noussut otsikoihin viimeisissä arvokisoissa. Lontoon paraolympialaisissa Suomi sijoittui 164 osallistujamaan joukossa sijalle 32.

TALVIKISAT						KESÄKISAT					
	K	H	P	Yht.	Sija*		K	H	P	Yht.	Sija*
2002 Salt Lake City	4	1	3	8	9.	2004 Ateena	4	1	3	8	33.
2006 Torino	0	0	0	0	-	2008 Peking	2	2	2	6	40.
2010 Vancouver	4	1	1	2	17.	2012 Lontoo	4	1	1	6	32.

KOHOKOHDAT

Kansainvälisen näkyvyyden perusteella suomalaisten urheilijoiden vuosina (2005–2012) merkittävimmät saavutukset ovat olleet (Suomen Urheilukirjaston tietopalvelun arvio)

1.	Kimi Räikkönen	F1	MM-1.	2007
2.	Janne Ahonen	mäkihyppy	Mäkiviikon voitto	2008
3.	Tero Pitkämäki	keihäänheitto	MM-1.	2007
4.	Kaisa Mäkäräinen	ampumahiihto	MCup-1., MM-1.	2011
5.	Jääkiekkjoukkue (M)	jääkiekko	olympiafinaali	2006
6.	Hannu Manninen	yhdistetty	4xMCup-1.	-2007
7.	Tanja Poutiainen	alppihiihto	MCup-1. (SL, GS)	2005
8.	Virpi Kuitunen	maastohiihto	3 MM-1.	2007
9.	Sami Hyypiä	jalkapallo	Mestarien liiga 1.	2005
10.	Mikko Hirvonen	ralliautoilu	4xMM-2.	-2012

KUNTIEN LIIKUNTATOIMI

KUNTIEN LIIKUNTATOIMEN NYKYTILA TUTKIMUSTIEDON VALOSSA

- Vuosittain kunnat ylläpitävät liikuntapalveluja yli 700 miljoonalla eurolla. Kuntien liikuntatoimi työllistää n. 5 000 ihmistä.
- Liikuntatoimen käyttökustannukset olivat vuonna 2011 111 euroa/asukas. Liikuntatoimen investointimenot ovat olleet vuosittain noin 100 miljoonaa euroa.
- Kuntien väliset erot liikuntapalveluiden tason sekä sisällön osalta ovat suuret. Maaseutumaisen ja taajaan asuttujen kuntien käyttömenot ovat selvästi pienemmät kuin kaupunkimaisien kuntien. Eroa selittää liikuntapaikkojen käyttö- ja kunnossapitokustannukset, jotka ovat pienemmissä kunnissa huomattavasti kaupunkimaisia kuntia pienemmät.
- 54 prosentissa kunnista liikunta on kirjattu kunnan strategiaan.
- Liikuntatoimen käyttömenoista suurin osa kuluu liikuntapaikkojen ylläpidosta aiheutuviin kustannuksiin.
- Kuntalaisten liikunta-aktiivisuutta seurataan puutteellisesti. Vuonna 2010 liikunta-aktiivisuutta ei seurattu lainkaan 69 % kunnista.

- Vain neljänneksessä kunnista seurataan vuosittain tai toistuvasti kuntalaisten tyytyväisyyttä liikuntapaikkoihin ja -palveluihin.
- Arvioiden mukaan yli miljoona suomalaista kuuluu liikunnan erityisryhmiin korkean iän, sairauden tai vamman vuoksi. Erityisliikuntaan kunnat käyttävät vuosittain arviolta noin 5 miljoonaa euroa, jonka puitteissa niissä toimii noin 90 päätoimista erityisliikunnanohjaajaa, noin 300 tunti-ohjaajaa sekä hieman yli 3000 viikoittaista liikuntaryhmää. Eniten ryhmiä järjestetään ikäihmisille sekä liikunta- ja kehitysvammaisille.
- Ikäihmisten ohjattua liikuntaa järjestetään lähes kaikissa kunnissa, mutta liikuntatoimen peruspalvelujen arvioinnin 2008 mukaan yli puolet kyselyyn vastanneista viranhaltijoista arvioi, ettei tarjonta ole riittävää. Kuljetuspalvelujen ja avustajien saatavuus oli arvioinnin mukaan heikosti huomioitu ikäihmisten liikuntapalveluissa, tämä osaltaan voi rajoittaa toimintakyvyllään heikentyneiden liikunnan harrastamisen saavutettavuutta.

LIIKUNNAN KANSALAISTOIMINTA

- Liikunta on merkittävin kansalaistoiminnan muoto Suomessa. Talkootyöllä on läpi vuosikymmenten luotu puitteet osallistumiselle, harrastamiselle ja huippu-urheilumenestykselle. Myös valtion liikuntabudjetista suurin kokonaisuus kohdistuu liikunnan kansalaistoimintaan.
- Liikuntaseuroissa harrastaminen on lapsuudessa erittäin suosittua. Suurempi huolenaihe on seuraharrastamisen jatkuvuus erityisesti murrosiässä.
- Viimeaikainen liikuntapoliittinen keskustelu on keskittynyt huoleen paikallistason liikunnan turvaamisesta ja seuratoiminnan tukemisesta.
- Liikunnan kansalaistoiminnasta on riittämättömästi tietoa.
- Liikuntajärjestöjen toimialaselvitys osoittaa, että valtion tuki-politiikka liikuntajärjestöille kaipaa uudistusta. Valtion tulosperusteiset kriteerit eivät todellisuudessa ole ohjanneet järjestöjen toimintaa 2000-luvulla. 1990-luvulla asetettua tavoitetta

lajirajat ylittävistä toimintamallista ja kevyestä kattojärjestö-rakenteesta ei ole saavutettu. Liikunnan ja urheilun rakenteet ovat monimutkaistuneet.

- Huippu-urheilu on edelleen lajiliittojen suurin toimiala kattaen kolmanneksen niiden kustannuksista. Toiseksi eniten järjestöjen kustannuksista kohdistuu kansalaistoimintaan (25,4 %) ja kolmanneksi lasten ja nuorten liikuntaan (24,5 %). Lajiliitot ovat lisänneet henkilöstönsä määrää tai osuutta erityisesti huippu-urheilussa.
- Järjestöjen talous on hyvässä tasapainossa, mutta tulojen kasvu on perustunut erityisesti seuroilta perittäviin maksuihin. Lajiliittojen mukaan maksujen taustalla on toiminnan ammattimaistuminen ja palveluiden laadun paraneminen.
- Seurakenttä käy voimistuvaa kamppailua ihmisten sitouttamisessa. Kansalaiset haluavat enemmän ostaa laadukkaita palveluita kuin osallistua perinteiseen talkootyöhön.

LIIKUNTAOLOSUHTEET

- Suomen 30 000 liikuntapaikasta 70 prosenttia on kuntien omistamia, hoitamia tai ylläpitämiä.
- Suomalaisten suosimat liikuntaympäristöt ovat yleisimmin muita kuin varsinaisia liikuntapaikkoja: kävely- ja pyöräilyteitä, maanteitä, puistoja, metsiä, järviä jne.
- Liikuntapaikkatiheydessä asukasta kohden Suomi on maailman johtava maa. Suuresta osasta kuntia löytyy monipuolisesti liikuntolosuhteita ja perusliikuntapaikkaverkosto on pääosin rakennettu.
- Tyypillisin saatu palaute kuntien liikuntolosuhteista on positiivista. 2/3 aikuisväestöstä katsoo olosuhteiden puolesta pysyväänsä liikkumaan siten kuin haluaa.
- Tyypillisin kuntalaisten antama negatiivinen palaute liikuntapaikoista koskee käyttövuoropoliittikkaa, seuroihin kuulumattomien mahdollisuutta liikkua eri liikuntatiloissa,

liikuntatilojen esteettömyyttä sekä välineiden niukkuutta ja huonokuntoisuutta.

- Noin 325–350 miljoonaa euroa tulisi käyttää liikuntapaikkojen peruskorjaukseen. Liikuntapaikkojen käyttövuorojen jaon merkittävimmät ongelmat ovat suuri kysyntä viikon iltavuoroista ja vuorojen vähäisyys suhteessa kysyntään. Eniten ongelmia on kaupunkimaisissa kunnissa. Vain noin 40 % kunnista on virallisesti hyväksytyt kirjalliset liikuntapaikkojen käyttövuorojen jakoperusteet.
- Erityisesti pienissä, väestörakenteeltaan ikääntyvissä kunnissa kuntien liikuntatoimen resurssit ovat tällä hetkellä riittämättömät liikuntapaikkojen ylläpitoon ja monipuolista rakentamiseen. Alueellisuus tasa-arvotekijänä onkin selkeästi eniten epätasa-arvoa luova tekijä liikuntapaikkojen käytölle.

SEURAMÄÄRÄT

Yhdistysten nimien perusteella ja liikunta lavasti ymmärtäen maassa on kaikkiaan noin 20 000 alan yhdistystä, kunnallisten järjestelmien kautta operoi noin 6000–7000 seuraa, aiempaan käsitykseen seurojen määrästä ja viime aikojen rekisteröintiin perustuen päädyttään noin 11 000–13 000 seuraan ja kuntien viranhaltijoiden näkemyksiin tukeutuen estimoitiin seuroja olevan yhteensä noin 10 000.

	v. 2004*	v. 2011
Yhdistysrekisterin liikunta- ja urheiluseurat	18 226	20 184
Kunnallisen liikuntatoimen vastausten perusteella haarukoitu seurojen kokonaismäärä	8 386	9 419
Kunnallisia liikuntapaikkoja käyttävät seurats	6 164	6 172
Suora taloudellista avustusta saavat seurats	5 527	5 612

LIIKUNNAN HARRASTAMINEN URHEILUSEURASSA (%)

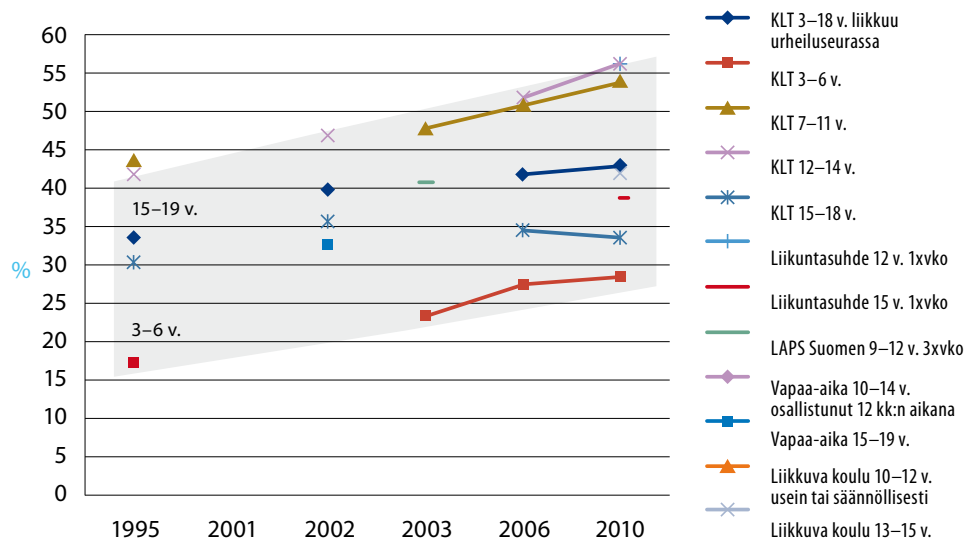
3–18-vuotiaat

Urheiluseuroissa tapahtuva liikunnan harrastaminen on yleisintä noin 12-vuotiaana. 2000-luvun alussa 7–12-vuotiaista noin 45 % ja 15–19-vuotiaista noin 35 % liikkui urheiluseuroissa. Liikunnan harrastaminen 7–12 vuoden iässä on yleistynyt, sillä 2010 jo 55 % tästä ikäryhmästä liikkui urheiluseuroissa. Sen sijaan 15–19-vuotiaiden urheiluseuroissa liikkujien määrä on pysynyt ennallaan tai jopa hieman vähentynyt. Kokonaisuutena erot 3–18-vuotiaiden lasten ja nuorten liikunnan harrastamisessa ovat suuret eri ikäryhmien välillä.

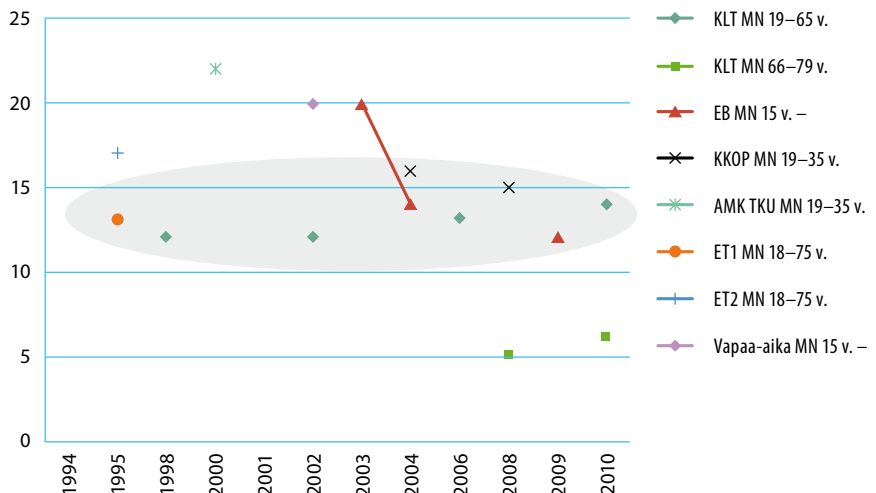
Aikuiset

Aikuisten urheiluseuroissa tapahtuvassa liikunnan harrastamisessa ei ole havaittu muutoksia 2000-luvulla. urheiluseuroissa liikkuu noin 15 % aikuisväestöstä.

3–18-vuotiaiden liikunnan harrastaminen urheiluseurassa (%)



Aikuisten liikunnan harrastaminen urheiluseurassa (%)





KANSALLINEN
LIIKUNTA-
FOORUMI 2013