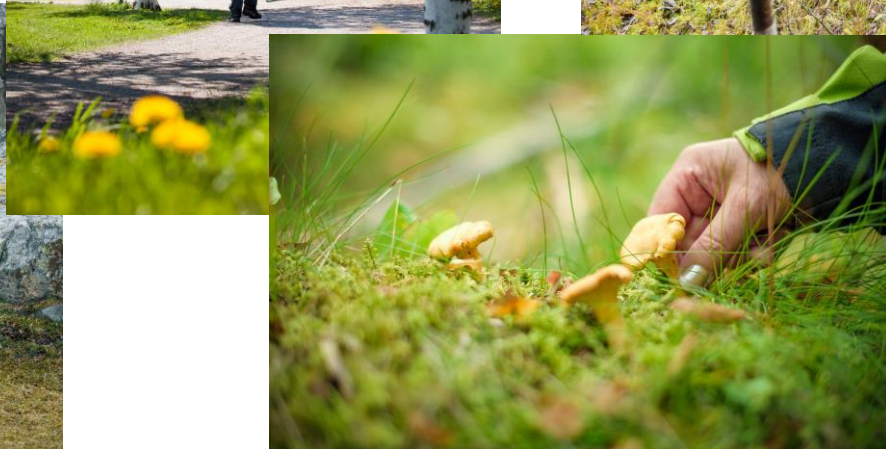
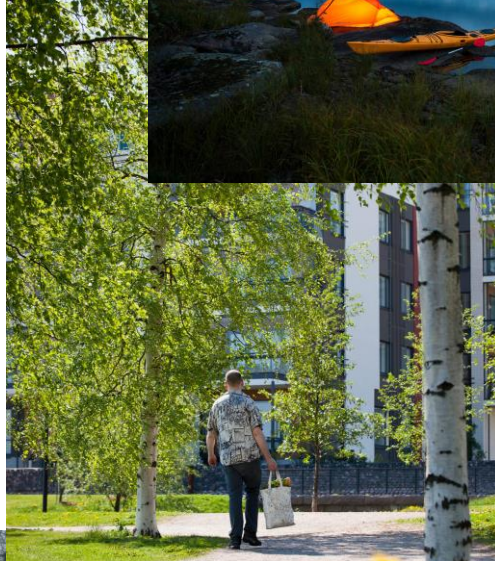
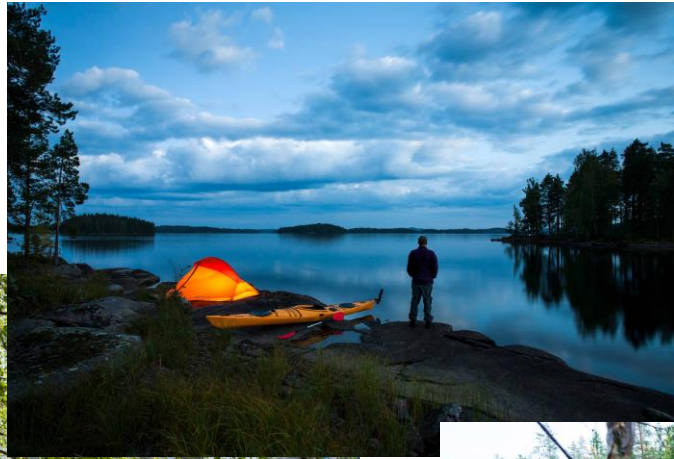


Hyvinvointia luonnosta

Luonnon virkistyskäyttö - strategiasta käytäntöön

Miliza Malmelin,
erityisasiantuntija, ympäristöministeriö

Kuntien hyvinvointiseminaari, Helsinki 14.5.2024





Esityksen sisältö

- Kansallinen luonnon virkistyskäytön strategia 2030
- Strategian toimintaohjelma 2023-2025
- Luonnon hyvinvointivaikutukset – Miksi luontoon?
- Miten luontoon? - keskustelua





Kansallinen luonnon virkistyskäytön strategia 2030

- valmisteltiin laajapohjaisesti: ministeriöt (7), Metsähallitus, ELY-keskukset, Kuntaliitto, järjestöt, tutkijat, kansalaiset jne.
- Valtioneuvoston periaatepäätös 19.5.2022.

Strategian toimintaohjelma 2023-2025 julkaistiin 22.11.2023.



Luonnon virkistyskäytön strategia

MISSIO:

Luonnon virkistyskäyttö auttaa kansalaisia voimaan paremmin. Vahvistuva luontoyhteys näkyy luonnon arvostuksena ja edistää siirtymää nykyistä kestävämpään ja fyysisesti aktiivisempaan elämäntapaan. Luonnosta pidetään huolta.

VISIO:

Luonnon virkistyskäytön edistämiseen on panostettu kansallisena menestystekijänä. Lähiluonto on noussut arvoonsa päätöksenteossa. Yhä useampi on löytänyt itselleen sopivan tavan liikkua ja olla luonnossa. Väestön terveys ja hyvinvointi ovat parantuneet.

TOIMIJAT

Ministeriöt

Järjestöt

Metsähallitus

Tutkimusorganisaatiot

Viranomaiset

Yritykset

Kunnat ja alueelliset toimijat

Media

Yksityiset maanomistajat

Kansalaiset

STRATEGISET TAVOITTEET

Lähiluonnon saavutettavuus

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen

Luonnon kestävyuden vaaliminen virkistyskäytössä

Voimavarojen tunnistaminen ja yhteistyö

Luonnon virkistyskäytön monimuotoisuus

TOIMINTALINJAUKSET

- Jokaisenoikeudet ja luonnossa liikkumisen ohjeistus
- Luonnon läheisyys ja saavutettavuus
- Digitaalisuus
- Palveluiden parantaminen
- Yhteistyö, verkostot
- Tiedolla johtaminen, tutkimuksen painopisteet
- Lainsäädäntö
- Opetus- ja nuorisotoiminta
- Osaaminen

RESURSSIT

VISIO

Toimintaohjelma 2023-2025

- Toimintaohjelman valmistelusta, toteutuksen edistämisestä ja seurannasta vastaa koordinaatioryhmä:
YM (pj), MMM (varapj), OKM, STM, TEM, VM, Metsähallitus Luontopalvelut, Kuntaliitto, Opetushallitus ja Luonnonvarakeskus (pysyvä asiantuntija)
 - Sisältää 35 toimenpidettä (sis. aikataulu ja vastuutahot)
 - Lisäksi määritelty strategian seurannassa käytettävät indikaattorit ja tunnusluvut
-
- Strategian toteutusta tapahtuu monen muun toimenpiteen ja toimijan työn kautta
 - Kaikkia tarvitaan!

Toimintaohjelman sisältö

Lähiluonnon saavutettavuus:

Suomessa lähiluonto on yhdenvertaisesti ja esteettömästi saavutettavissa. Luonnon virkistyskäytön mahdollisuudet varmistetaan ihmisten koko elämänkaaren ajalle. Alueiden käytön suunnittelussa turvataan lähivirkistysalueet.

Toimenpiteet:

- Retkeilyalueverkoston kehittäminen
- Kohteiden saavutettavuuden kehittäminen
- Lasten pääsy viheralueille
- Kansallinen ulkoilutietopalvelu/ Luontoon – palvelut
- Opas luonnon virkistyskäytön edistämisestä alueiden käytön suunnittelussa
- Tukea kunnille virkistyskäytön olosuhteiden kehittämiseen
- Palvelutarjoajien osaamisen kehittäminen esteettömyydestä

Toimintaohjelman sisältö, jatkuu

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen:

Luonnossa liikkuminen ja oleminen otetaan nykyistä vahvemmin osaksi kansanterveyden edistämistä ja hyvinvointierojen kaventamista. Keskeistä on kannustaa luonnon virkistyskäyttöön väestöryhmiä, joilla on haasteita löytää luontoon, erityisesti lapsia, nuoria ja heikommassa asemassa olevia.

Toimenpiteet:

- Sote-palvelut ohjaavat asiakkaita luontoon
- Luontolähtöisten menetelmien laajempi käyttöönotto
- Luonnossa liikkuminen tuodaan esille neuvoloissa
- Luontoliikunta valtakunnallisissa Liikkuvat – ohjelmissa
- Kunnan liikkumishjelmat ja eri toimialat; luonnon virkistyskäytön huomiointi
- Lasten ja nuorten luontotaitojen ja –yhteyden tukeminen
- Ikäihmisten ulkoilun ja luonnossa liikkumisen tukeminen

Miksi luontoon?

Elämänmittainen lähivihreä polku; tietopaketti on tuotettu Haastekimpputyö-hankkeessa, osana ympäristöministeriön koordinoimaa Kestävä kaupunki –ohjelmaa, julkaistu 2020

Työryhmä:

Suomen ympäristökeskus SYKE

Luonnonvarakeskus

Tapio Oy

Et May Oy





Fyysinen hyvinvointi

- Kasvillisuus vähentää ilmansaasteita, vaimentaa melua ja lieventää kuumuutta hellejaksojen aikana.
- Säännöllinen luontokosketus ja yhteys kasvillisuuden ja pintamaan monipuoliseen mikrobistoon voi vähentää puolustusjärjestelmän häiriötilojen riskiä.



Mielen hyvinvointi

- Luontoympäristö innostaa, rauhoittaa, parantaa keskittymiskykyä ja kuntouttaa.
- Lapsille luonto tarjoaa erityisesti virikkeitä ja oppimiskokemuksia, mutta turvaa myös mielenterveyttä pitkälle aikuisuuteen.
- Luontokokemuksilla on merkitystä myös stressin hallinnan tukena ja jopa muistisairauksien oireiden lievittäjänä.



Sosiaalinen hyvinvointi

- Luonto lisää toiminnan ja kokemisen mahdollisuuksia ja tukee sosiaalista vuorovaikutusta, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä
- Viheralueet kaupungeissa ovat asukkaille tärkeitä ja monipuolisella tarjonnalla, kuten avoimilla puistoilla ja tiheillä metsiköillä, liikunta ja eväspaikoilla, poluilla ja esteettömillä reiteillä, voidaan vastata erilaisiin tarpeisiin viihtyisästä viherympäristöstä.
- Lähiluonnon hyvinvointihyödyt voivat kaventaa terveyseroja. Viher- ja vesialueet kaupungeissa ovat usein ilmaisia



kohtaamispaikkoja ja mahdollistavat toimintaa ja yhdessäoloa taloudellisista resursseista riippumatta.



Luonto liikuttaa

- Helposti saavutettavissa oleva luonto innostaa asukkaita liikkumaan luonnon monipuolisista terveyshyödyistä nauttien
- Luontoliikunta soveltuu kaikille, elämänkaaren eri vaiheissa, kunhan esteettömien reittien tarjonnasta ja luontokohteiden saatavuudesta on huolehdittu.
- Tiivis ja vehreä kaupunki tukee ikääntyneiden arkiliikkumista ja terveyttä

Kuva: Hossa,
MH/Harri
Tarvainen



Luonnon hyvinvointi- ja terveyshyötyjen mahdolliset vaikutusmekanismit



Yksilölliset erot: ikä, sukupuoli, sosioekonomiset tekijät, terveydentila, luontosuhde, ympäristöpreferenssit

(Tyrväinen ym. 2018, mukaellen Hartig ym. 2014)

Miten luontoon?



Tutustu tarkemmin strategiaan ja toimintaohjelmaan: ym.fi/virkistyskaytto

Enemmän tietoa luonnon hyvinvointivaikutuksista: [Elämänmittainen lähivihreäpolku](#)

Lisätietoja:

miliza.malmelin@gov.fi , puh. 029 525 0176

matti.nieminen@gov.fi , puh. 029 525 0001



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment

Aleksanterinkatu 7, Helsinki | PL 35, FI-00023 Valtioneuvosto | ym.fi



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment

