



# Yhteiskunnan kehityskulut ja liikkuminen

16.4.2024

Petri Tapio, Turun yliopisto

STYLE-hanke <https://www.styletutkimus.fi>



Marjukka Parkkinen, Ira Ahokas, Katariina Kiviluoto, Riikka Saarimaa ja Petri Tapio

## LIKUNNALLISEN ELÄMÄNTAVAN HAASTEITA JA RATKAISUJA

**LISÄÄ AKTIIVISTA LIKKUMISTA ARKEEN: Suomi hyötyy autoilun vähentämisestä**

"Helpota kävelyä ja pyöräilyä, vähennä autoilua."

"Luo hyötyliikkumiselle tilaa ja tarve."

"Ota rohkeasti askel kokeiluista käytännöiksi."

STYLE-politiikkasuositus 1/2023

# Liiallinen paikallaanolo + liian vähäinen liikunta = -4,7 mrd € vuodessa

## Paikallaanolon kustannukset vuosittain Suomessa

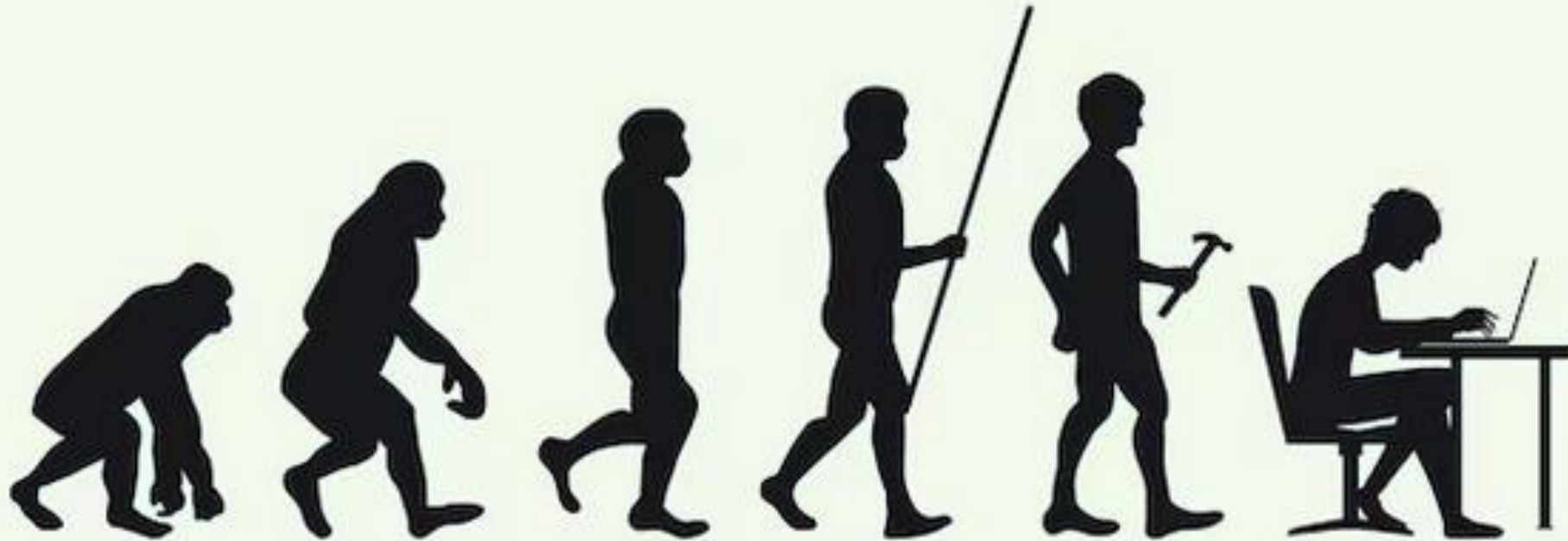


+

## Liikkumattomuuden kustannukset vuosittain Suomessa



# Ihmisen evoluutio



# Varusmiespalveluksen aloittaneiden miesten kestävyyskuntovuosina 1975–2023

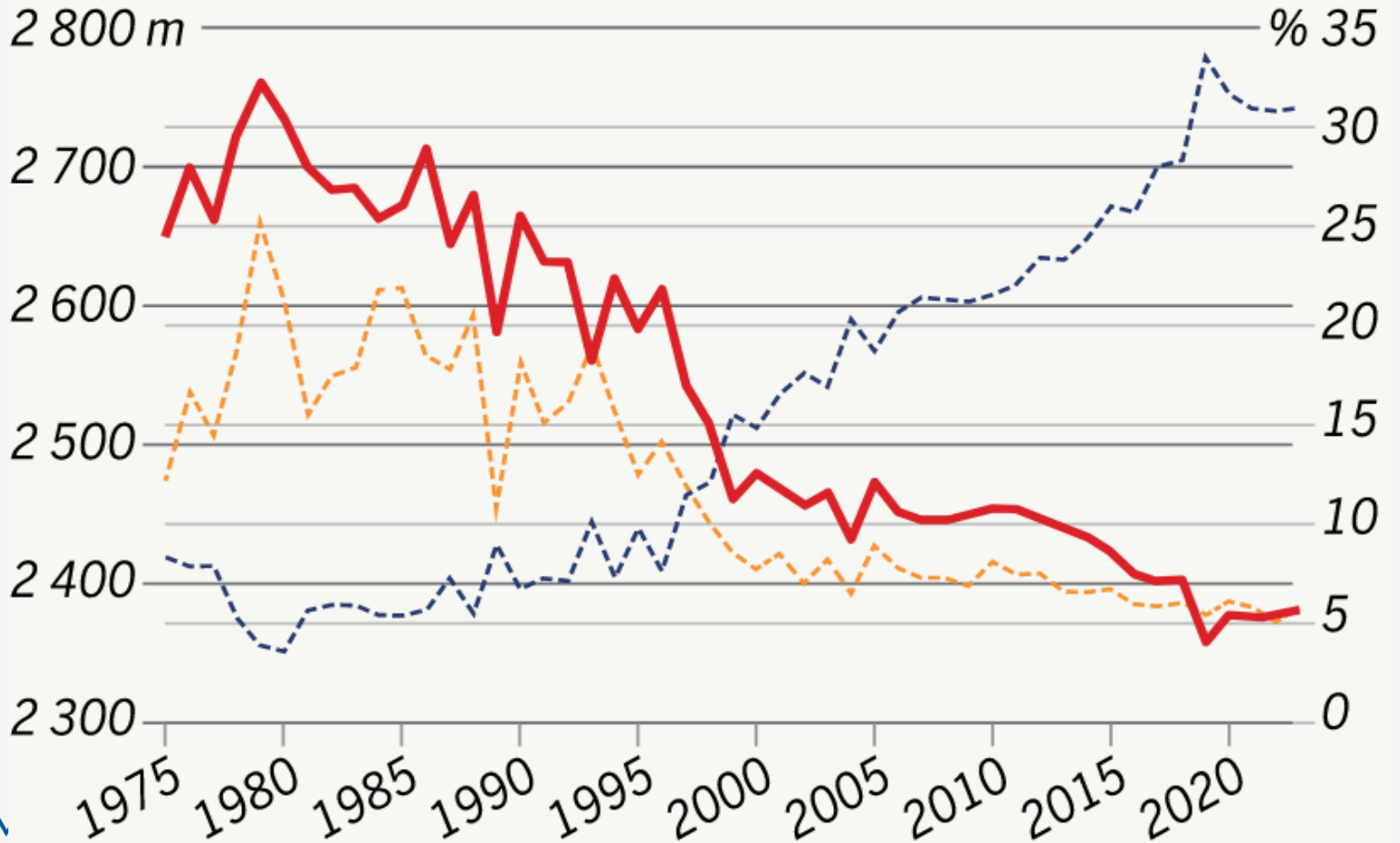
Juoksumatka 12 min,  
metriä

Jakauma, %

— Keskiarvo

--- Tulos  $\geq 3\ 000\ m$

--- Tulos  $< 2\ 200\ m$



Kestävyyskunnan huononeminen on pysähtynyt



# Liikunnallisen elämäntavan hidasteet ja esteet (Työpajan tulokset)

- Liikunnallisen elämäntavan haasteet sekä juurisyyt
- Infrastruktuuri, teknologia, tuotteet ja palvelut, julkinen ohjaus ja toimintakulttuuri
- Työpajan tuloksena useampi sata kirjattua ajatusta sekä loppukeskustelu
- Laadullinen analyysi koko aineistolle
- Analyysin tuloksena 12 este-/haastekokonaisuutta



# 12 liikunnallisen elämäntavan estettä

## Tietoa liikkumisen hyödyistä puuttuu tai se ohitetaan

1. Tiedon ja osaamisen puute
2. Vinoutunut julkinen ohjaus ja rahoitus
3. Turvallisuushakuisuus

## Liiketoiminta & suunnittelu jättävät liikkumisen huomiotta

4. Palvelut ja tuotteet eivät tue arkiliikuntaa
5. Infrastruktuuri ja toimintojen sijoittelu eivät tue liikkumista
6. Passivoiva teknologia

## Liikuntaa pidetään erillisenä sektorina

7. Arjesta eristetty liikunta
8. Liikkumaton työkulttuuri
9. Kapea ajattelutapa liikkumisesta

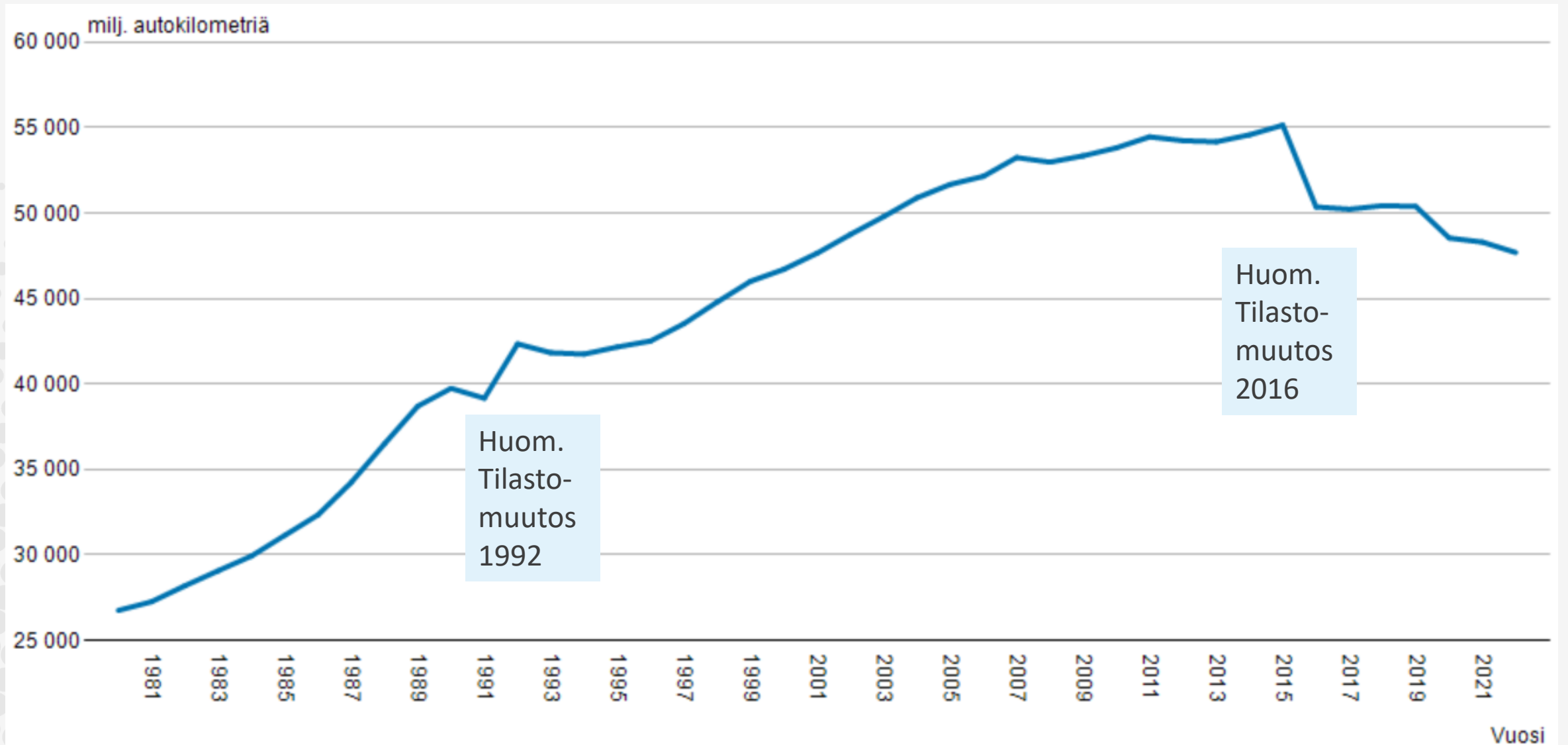
## Prioriteetit, tunteet ja sosioekonominen asema pitävät paikallaan

10. Kiire ja mukavuudenhalu prioriteetteina
11. Epämiellyttävä liikunta
12. Osattomuus





# Liikennesuorite 1981-2022 (ajoneuvo-km)





# Sukupolvi ja ikävaihe ovat eri asioita



# Liikkumisen skenaariot

Kysyttiin asiantuntijoilta käsityksiä 4 asiakokonaisuudesta

- **Liikkumisen intensiteetti**
  - Paikallaanolo, kevyt, reipas, rasittava
- **Liikkumisen ajankohta**
  - Aamu, matka-ajat, päivä, ilta
- **Eri ikäisten askelmäärä**
  - Lapset, nuoret, aikuiset
- **Liikkumisen tavat**
  - Organisoitu liikunta, itseorganisoitu liikunta, aktiiviset arkipuuhat, aktiiviset kulkutavat
- Lisäksi kysyttiin perusteluja arvioille

# Fyysinen aktiivisuus 2030 – neljä skenaariota



**Voimaantuminen**

8 164 askelta / vrk

+++



**Väsymys**

6 945 askelta / vrk

+



**Eripura**

6 733 askelta / vrk

-

**Tasapaino**

7 432 askelta/ vrk

++



	Eripura	Voimaantuminen	Väsymys	Tasapaino
Avaintoimijat	Siiloutuneet instituutiot	Yhteisö	Yksilö	Sektoreiden yhteistyö
Keskeiset piirteet	Kiire + Mukavuudenhalu	Voimaantuminen liikunnasta	Polarisaatio	Laaja ja syvä yhteistoiminta
Ideaalinen liikkuminen	Tehokas ja optimoitu	Paikallisuus, luonto	Digitaalisuus läsnä	Sivutuote aktiiviselle elämälle
Näkyvä motivaation lähde	Tietoinen päätös	Ilon aihe	Aikataulu	Elämäntapa
Keskeinen haaste	Rajallinen yhteistyö	Rahoituksen puute	Monimuotoisuuteen vastaaminen	Vastaaminen kysynnän kasvuun
Teknologian rooli	Teknologia helpottaa	Teknologia kaverina	Teknologia isäntänä	Teknologia renkinä
Elämäntapa	Paljon toimintaa, vähän liikumista	Terveys ja ekologisuus	Polarisoitunut	Rutiiniksi kasvanut
Aktiivisten kulkutapojen rooli	Vähäinen	Keskeinen	Kuten nykyisin	Kasvanut

# Muutoskyvykkyyden 7 tekijää

Tuominen A & Sundqvist-Andberg H

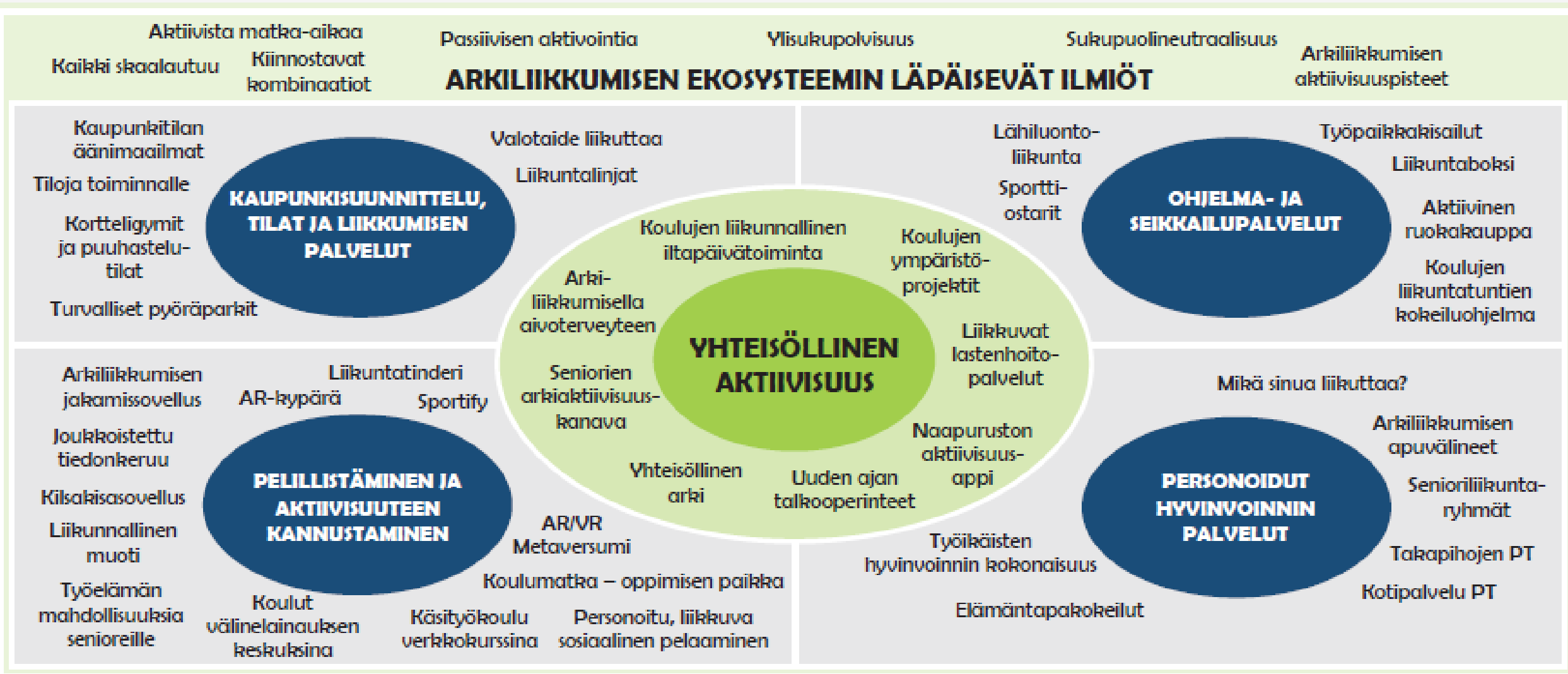
1. Visionääriset, muutosta eteenpäin vievät yksilöt ja sitoutuneet päättäjät
2. Liikennejärjestelmän tilan systemaattinen seuranta
3. Aktiivisen ja kestäväen liikkumisen tulevaisuustyö.
4. Kokeiluhankkeet
5. Kokeilut ovat hyödyllisiä vain, jos niistä opitaan uutta
6. Testattujen ratkaisujen ja parhaiden käytäntöjen käyttöönotto
7. Hallinnolliset, toimialakohtaiset ja kulttuuriset rajat ylittävä yhteistyö



[www.styletutkimus.fi/nama-seitseman-tekijaa-kasvattavat-kaupunkiseudun-kykya-edistaa-kavelya-ja-pyorailya/](http://www.styletutkimus.fi/nama-seitseman-tekijaa-kasvattavat-kaupunkiseudun-kykya-edistaa-kavelya-ja-pyorailya/)

# Arkiliikkumisen ekosysteemi

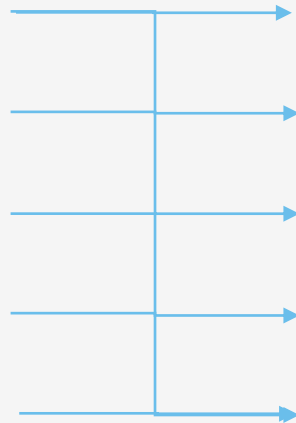
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-249-581-5>



# Kuka on asiakas? Kuka maksaa ja kenelle?

## Maksaja

- Valtio
- Hyvinvointialue
- Kunta
- Yritys
- Yksilö



## Rahan saaja

- Valtio
- Hyvinvointialue
- Kunta
- Yritys
- Yksilö

