

7.6.2013

Opetus- ja kulttuuriministeriö / Sosiaali- ja terveysministeriö

**Viite:**

Terveyttä edistävän liikunnan strategian ja sen toimenpidesuunnitelman luonnokset (30.5.2013)

## LAUSUNTO / TELI –STRATEGIA- JA SEN TOIMENPIDESUUNNITELMALUONNOS

Opiskelijoiden Liikuntaliitto (OLL) ry esittää kunnioittavasti terveyttä edistävän liikunnan strategialuonnokseen ja siihen liittyvään luonnokseen toimenpidesuunnitelmaksi seuraavat toivomukset, parannusehdotukset ja kommentit:

### 1) Auttakaa rakentamaan opiskeluterveydenhuollon ja korkeakoululiikunnan välille palveluketju vähiten liikkuvien korkeakouluopiskelijoiden tueksi

- OLL:n mielestä voittava strategia liikunnan edistämistyössä on kohdentaa tukea ja tukitoimenpiteitä niille läheisille, jotka liikkuvat vähiten.
- Mikäli yo. periaate otetaan liikunnan edistämistyön ohjenuoraksi, huomataan, että eri sosioekonomisten ryhmien väliset tilastolliset erot eivät liikunnassakaan ole perustelluin pohja kohdentaa tukitoimenpiteitä, koska silloin toimenpiteiden ulkopuolelle jää kymmeniä (ehkä jopa satoja) tuhansia erittäin vähän liikkuvia suomalaisia. – Ja toisaalta ko. toimenpiteet kohdistuvat myös suurelta osin niihin, jotka jo liikkuvat vähintään terveytensä kannalta riittävästi, mutta kuuluvat sellaiseen sosioekonomiseen ryhmään, joka tilastollisesti liikkuu vähän.
- Mielestämme ryhmien välisen tilastollisen tarkastelun jälkeen oikea johtopäätös on alkaa miettiä, millaiset keinot kussakin ryhmässä tai kussakin elämänvaiheessa olisivat liikunnan edistämisen kannalta kaikkein toimivimmat. – On luultavaa, että vähän liikkuva lapsi, vähän liikkuva kouluikäinen lapsi, vähän liikkuva toisen asteen opiskelija, vähän liikkuva korkeakouluopiskelija, vähän liikkuva työntekijä jne. tarvitsevat tuekseen ainakin jossakin määrin erilaisia asioita, jotka houkuttelevat liikunnan ja liikkumisen piiriin.
- OLL:n ja sidosryhmiemme analyysien mukaan paras tapa saavuttaa vähiten liikkuvat opiskelijat ei ole suoraan korkeakoulujen liikuntapalveluiden avulla, vaan opiskeluterveydenhuollon kautta. Toisaalta opiskeluterveydenhuolto ei voi, pysty eikä haluakaan itse järjestää isossa luokassa liikuntapalveluja. Tästä syystä korkeakoulujen liikuntapalvelujen ja opiskeluterveydenhuollon palvelujen välille kannattaa rakentaa palveluiden ketju terveytensä kannalta riittävästi liikkuvien opiskelijoiden tueksi
- Tähän asiaan toivomme tukea myös telistrategialta ja sen toimenpidesuunnitelmalta

## 2) Ottakaa korkeakoulut / opiskeluympäristöt sekä OLL strategiseksi kumppaniksi päivittäisen istumisen vähentämistyöhön

- OLL:n mielestä on erinomaista, että päivittäisen istumisen vähentäminen on otettu vahvasti mukaan teli-strategian luonnokseen.
- Yleisellä tasolla toivoisimme, että istumisen vaarallisuutta perusteltaisiin ja avattaisiin selkeästi nykyistä enemmän. Nyt uutisoidaan isoilla otsikoilla, että istuminen tappaa, mutta ei ole vielä kovinkaan paljon puhuttu siitä, mikä istumisessa tarkalleen ottaen on haitallista. Istuminenhan ei kokemuksellisesti tunnu sijoittuvan arjen askareista lähellekään vaarallisimpaan päähän. – Mutta mikäli istumisen vaarallisuuden mekanismit avataan kunnolla ja selkeästi, uskomme, että se jo olennaisesti motivoi päivittäisen istumisen vähentämistä.
- Lisäksi toivoisimme, ettei telistrategiassa tai muissakaan vastaavissa asiakirjoissa ruutu-aikaa tai sen alalajia television katselua moitittaisi niin yksioikoisesti. – Myös esimerkiksi kirjan lukeminen istuen lienee täsmälleen yhtä vaarallista kuin television katselu istuen. Silti nimenomaan television katselua pidetään yleisesti pahana, mutta harvempi istumisen vähentämisen asiantuntija moittii kirjan lukemista.
- Edelleen toivomme, että istumisen vähentämistyössä ja sen markkinoinnissa päästäisiin ns. naivista lähestymistavasta eteenpäin. Naivilla lähestymistavalla tarkoitamme esim. ideoita portaiden pakkokäytöstä, istumisen sanktioimista jollakin tapaa jne. – Mikäli istumisen vähentämistyöstä tulisi nykyistä innovoivampaa, niin välttyttäisiin ehkä myös seuraavan tyyppisiltä tapauksilta: rakennuksen hissi oli rikki, hissien oveen oli liimattu UKK-instituutin juliste ”Portaat on meille kaikille!”. – Miltä tuntui tulla pyörätuolilla taloon?
- Uskomme, että korkeakouluympäristöt ja siellä suurelta osin päivänsä viettävät opiskelijat ja henkilökunnan jäsenet sekä myös OLL opiskelijoiden liikuntajärjestönä tarjoaisivat erinomaisen strategisen kumppanuuden istumisen vähentämistyöhön – niin itse oman istumisensa vähentämiseen kuin myös yleisempään pohdintaan istumisen vähentämisen tehokkaimmista ja mielekkäimmistä keinoista
- Näitä asioita toivomme huomioitavan telistrategian ja sen toimenpidesuunnitelman istumisen vähentämiseen liittyvissä linjauksissa ja toimissa

## 3) Auttakaa vahvistamaan korkeakoulujen/opiskeluympäristöjen roolia liikunnan edistämistyössä

- Toivomme lisäksi, että korkeakoulut huomioidaan jatkossa myös perinteisemmässä liikunnan edistämistyössä
- Korkeakoulut ovat suomalaisessa yhteiskunnassa merkittävin instituutio, joka saavuttaa satoja tuhansia nuoria aikuisia usean vuoden ajan. On mahdoton ajatus, ettei tätä tosiasiaa hyödynnettäisi liikunnallisen elämänkaaren edistämistyössä.
- Silti Suomessa on vielä useita yliopistoja ja ammattikorkeakouluja, joissa liikuntaolosuhteet ovat erittäin heikot eikä niiden kehittämiseen panosteta.

#### 4) Yleisemmät kommentit, kritiikki ja kiitokset

- OLL kiittää strategialuonnosta ja sen valmistelijoita siitä, että kävely ja pyöräily on huomioitu aiempaa paremmin; samalla muistutamme selkeistä tutkimustuloksista, että kävelyä ja pyöräilyä ja niiden olosuhteita ei ole järkevää pyrkiä parantamaan ns. yhtenä kevyen liikenteen kulkutapamuotona, vaan kumpikin kulkutapa vaatii oman erityisen käsittelynsä. Suomessa on perinteisesti edistetty kävelyä ja pyöräilyä ns. yhtenä könttinä ja tuloksena on erittäin sekava ja vaarallinen yhdistelmä kävely- ja pyöräteitä.
- OLL esittää erittäin voimakasta kritiikkiä siitä, että työikäisten kohdalla toimenpiteiksi esitetään ainoastaan työpaikkaliikunnan kehittäminen; työikäisten kohdalla on välttämätöntä ja erityisesti liikunnan edistämisen kannalta perusteltua huomioida strategialuonnosta paremmin myös ne työikäiset, jotka eivät kuitenkaan syystä tai toisesta ole työelämässä ja siten työpaikkaliikunnan piirissä. – Lisäksi on huomioitava, että esitetty keskittyminen työikäisten kohdalla työpaikkaliikunnan kehittämiseen on ristiriidassa strategiassa esitetyn liikunnan edistämisen periaatteen ”edistetään erityisesti heikoimmassa sosioekonomisessa asemassa olevien liikunnan harrastamisesta” kanssa. Työikäisistä työelämässä olevat ovat monessa suhteessa paremmassa asemassa (esim. taloudellisesti, terveydenhuollon näkökulmasta jne.) kuin ne työikäiset, jotka eivät ole työssä ja työelämässä mukana.

#### Opiskelijoiden Liikuntaliitto (OLL) ry

Teemu Myllärinen  
puheenjohtaja

Hilkka Laitinen  
pääsihteeri

**Lisätietoja:** Korkeakoululiikunnan asiantuntija Jussi Ansala, [jussi.ansala@oll.fi](mailto:jussi.ansala@oll.fi), p. 044 7800 214

---

*Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry (OLL) on vuonna 1924 perustettu valtakunnallinen opiskelija- ja korkeakoululiikunnan yhteistyö- ja edunvalvontaorganisaatio, joka edustaa Suomen kaikkia yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijoita. OLL toimii myös opiskelijahuippu-urheilun koordinaattorina ja lähettää Suomen joukkueet kansainvälisiin arvokisoihin. OLL:n tarkoituksena on opiskelijoiden hyvinvoinnin, yhteisöllisyyden, opiskelukyvyyn ja terveyden edistäminen liikunnan avulla. OLL:n tavoitteena on korkeakoulujen liikuntaolosuhteiden ja -kulttuurin vahvistuminen.*