

Muutosta liikkeellä!

Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020 (TEHYLI)

Ylijohtaja Esko Ranto
Nuoriso- ja liikuntapolitiikan osasto
Opetus- ja kulttuuriministeriö



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö

Terveelliset elintavat ja terveyden ylläpito ovat olennaisia hyvinvoinnin edellytyksiä. Erityinen tulevaisuuden huoli on liikkumaton elämäntapa, joka heikentää työelämän tuottavuutta, kilpailukykyä ja on voimakkaasti yhteydessä väestöryhmien välisiin terveys- ja hyvinvointieroihin sekä syrjäytymiskehitykseen. Liikunnan edistäminen on integroitava osaksi yhteiskunnallista terveys- ja hyvinvointipolitiikkaa.

Tulevaisuusselonteko, VNK 18/2013



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö

Tausta

- Poikkihallinnollisen yhteistyön perusta liikunnan edistämiseksi luotu 2000-luvulla
- 2000-luvulla kolme periaatepäätöstä aihepiiristä
- Hallitusohjelman tuki elämäntavan mittaisen liikunnan edistämiseksi
- Toiminnan tehostamiseksi asetettiin uusi STM-OKM koordinoima laaja-alainen, poikkihallinnollinen teli-ohjausryhmä 15.12.2011
- Ohjausryhmän päätehtävänä laatia uudet terveystieteiden linjaukset ja toimenpideohjelma sekä jatkossa seurata ja ohjata niiden toteuttamista
 - puheenjohtajisto ja sihteeristö OKM:stä ja STM:stä
 - laaja-alainen poikkihallinnollinen ohjausryhmä: edustajat eri ministeriöistä, alaisista laitoksista, liikunta- ja sote-järjestöistä, tutkimus- ja koulutusorganisaatioista

Linjaukset

- Laadittiin OKM:n ja STM:n yhteisessä laaja-alaisessa poikkihallinnollisessa työryhmässä vv. 2012-2013
- Linjaukset julkistettiin syksyllä 2013
- Linkki Muutosta liikkeellä! –asiakirjaan

http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/_julkaisu/1864597

Toimeenpanosuunnitelma

- Julkistettiin joulukuussa 2014, jatkuvasti päivittyvä asiakirja
- Sisältää keskeiset alkuvaiheen toimenpiteet kohti vuotta 2020
- Kaikki tahot ovat tervetulleita mukaan
- Asiakirja saatavilla: www.minedu.fi ja www.stm.fi



VISIO 2020

Liikumme enemmän, istumme vähemmän koko elämänkulun aikana

- Liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden **merkitys ymmärretään** yksilön ja yhteiskunnan terveyden, hyvinvoinnin ja kilpailukyvyn perusedellytyksenä
- Eri **hallinnonalat ja organisaatiot luovat mahdollisuuksia** ja tukevat fyysisesti aktiivista elämäntapaa (läpileikkaavasti koko elämänkulun aikana)
- Fyysisen aktiivisuuden edistäminen perustuu sidosryhmien välisiin **kumppanuuksiin**, toimiviin **rakenteisiin** ja hyvään **johtamiseen**
- **Sukupuolten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus** otetaan huomioon kaikessa toiminnassa

-> **Yksilöt tarttuvat** parantuneisiin **mahdollisuuksiin** lisätä jokapäiväistä liikkumistaan.

-> Suomi on yhä vahvempi fyysisesti aktiivisen kulttuurin **mallimaa Euroopassa**.

Neljä päälinjausta

1. Arjen istumisen vähentäminen
2. Liikunnan lisääminen elämänkulussa
3. Liikunnan nostaminen keskeiseksi osaksi terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä sekä sairauksien ehkäisyä, hoitoa ja kuntoutusta
4. Liikunnan aseman vahvistaminen suomalaisessa yhteiskunnassa

Hallinnonalojen yhteistyön lisääminen

- **Aktiivinen vuorovaikutus** hallinnonalojen välillä
 - Valtionhallinnossa, aluehallinnossa, kunnissa, järjestöissä, yksityisellä sektorilla, ja näiden kesken
 - Poliittisella ja virkamiestasoilla
 - Ruohonjuuritasolla eri ammattikuntien kesken
 - Rahoittajaohjaus
- **Liikunnan edistämishojelmien** yhteistyö muiden valtionhallinnon ohjelmien kanssa. Liikunnan edistämishojelmien keskinäinen yhteistyö ja synergiaedut.
- Paikallinen hallinto ja toimijat voivat konkreettisesti kiinnittyä TEHYLLin nykyisten ohjelmien sekä TEHYLI-linjausten toimenpiteiden kautta.

Organisaatioiden toimintakulttuurin muutos

- Sellaisten **organisaatioiden ja instituutioiden**, jotka kohtaavat suurimman osan ikäluokasta, ja joiden vaikutuspiirissä ihmiset viettävät paljon aikaa, **toimintakulttuurit** muuttuvat **fyysistä aktiivisuutta suosiviksi**.
- Keskeisimpiä **organisaatioita** (& toiminnan koordinoijia):
 - Neuvolat (Sydänliitto, Nelli-tutkimus/UKK-instituutti, pilotteja)
 - Varhaiskasvatus (Valo: Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma)
 - Peruskoulu (Liikkuva koulu -ohjelma verkostoinen)
 - Lukiot ja ammattioppilaitokset (KLL, SAKU, Sydänliitto)
 - Korkea- ja ammattikorkeakoulut (OLL)
 - Työyhteisöt (TTL, Valo, KKI, TE 2020, liikunnan aluejärjestöt)
 - Koti- ja laitoshoido, palveluasuminen (LVV,VV, Ikäinstituutti, eläkeläisjärjestöt)
 - Sosiaali- ja terveystieteiden eri organisaatiot

Keskeiset toimenpiteet

Linjaus 1. Arjen istumisen vähentäminen

- Laaditaan kansalliset suositukset istumisen vähentämiseksi
- Varhaiskasvatuksessa (laki, vasu) ja opetuksessa (OPS) korostetaan toiminnallisuutta ja liikunnallisuutta



Linjaus 2. Liikunnan lisääminen elämässä

- Valtakunnalliset liikunnan edistämishjelmat levittävät hyviä käytäntöjä fyysisesti aktiivisista ja liikunnallisista toimintakulttuureista
- Varhaiskasvatus, koulut ja opiskelupaikat sekä työpaikat ja iäkkäiden tuetun asumisen ja laitoshoidon yksiköt hyödyntävät aktiivisesti näitä hyviä käytäntöjä
- Lajiliitot sekä muut valtakunnalliset ja alueelliset liikunta- ja kansanterveysjärjestöt huolehtivat siitä, että heidän strategioihinsa ja toimintasuunnitelmiinsa sisältyy terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan ja/tai harrasteliikunnan näkökulma
- Liikuntaolosuhteiden kehittäminen ja luontoliikunnan edistäminen

Keskeiset toimenpiteet

Linjaus 3. Liikunnan nostaminen keskeiseksi osaksi terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä ja sairauksien ehkäisyä

- Terveyden- ja sosiaalihuollon yksiköt lisäävät ammattimaista, elintapamuutoksiin tähtäävää liikuntaneuvontaa ja tietoa terveyteen vaikuttavista tekijöistä.
- Koulutuksen järjestäjät vahvistavat terveellisiin elintapoihin ja liikuntaan liittyviä sisältöjä ja niihin ohjaamista sosiaali- ja terveydenhuollon tutkintoon johtavissa perus- ja täydennyskoulutuksissa

Keskeiset toimenpiteet

LINJAUS 4. Liikunnan aseman vahvistaminen suomalaisessa yhteiskunnassa (perusoikeus, läpäisyperiaate)

- Vaikutetaan keskeisiin **lainsäädännön** uudistuksiin sekä muihin **strategisiin asiakirjoihin**
- Vaikutetaan **verotukseen** ja **tukikäytäntöihin/rahoitusjärjestelmiin**
- Vaikutetaan yhteiskunnan **palvelurakenteisiin** (sote, koulu, liikunta jne.)
- Tuotetaan **tutkimustietoa** TEHYLI-tietoaukkoihin
- Lisätään **TEHYLI-viestintää** (mm. uudet TEHYLI-www-sivut www.muutostaliikkeella.fi)
- **Sitoutetaan** valtionhallinnon korkein **johto** TEHYLI-linjauksiin (+ kunta, toimialat)
- Hyödynnetään **kv-yhteistyön** mahdollisuudet

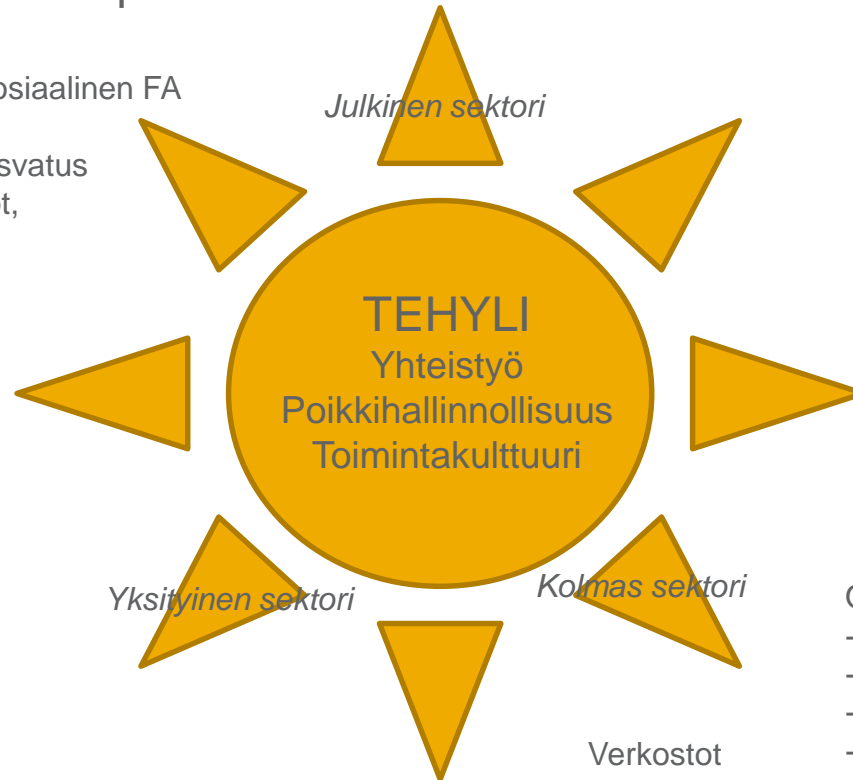
Mikä siis on TEHYLI...?

Johdettu ja koordinoitu yhteistyökokonaisuus, johon on koottu suomalaisen **terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan** keskeiset periaatteet, tavoitteet ja toimenpiteet.

- Fyysinen & psyykinen & sosiaalinen FA
- Terveys & hyvinvointi
 - Oppiminen & kasvu & kasvatus
 - Itseisarvo, ympäristöarvot, työelämäarvot

- Fyysinen aktiivisuus (FA)
- Liikunta
 - Liikkuminen
 - Arjen aktiivisuus

- Fyysinen passiivisuus
- Istuminen
 - Muu paikallaanolo



- Tulevaisuusorientaatio
- Pitkäjänteisyys
 - Systemaattisuus

Kaikki ikäryhmät

Matala kynnys, harrastaminen

- Tiedolla johtaminen
- Tutkimus
 - Seuranta
 - Arviointi

- Osaaminen
- Koulutus
 - Vaikuttaminen
 - Toisilta oppiminen
 - Jakaminen

Verkostot

Eurooppalaisuus

Muutos

Ajankohtaista ja tulevaa TEHYLIn liittyen

- Juha Sipilän hallitusohjelma (2015) ja hallituksen kärkihankkeet
 - Terveys ja hyvinvointi, Liikutaan tunti päivässä/Liikkuva koulu -ohjelma
- TEHYLI-ohjausryhmän kausi 10/2015-5/2019 (OKM & STM)
- Liikunnan ja ravitsemuksen aseman vahvistamista sosiaali- ja terveydenhuollossa selvittävän työryhmän asettaminen (STM)
- Yhteistyöllä hyvinvointia ja terveyttä 2025 –kokonaisuus (STM)
- Soveltavan liikunnan kehittämissuosituksat 2015 (SOVELI)
- Ilo kasvaa liikkuen! Varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelman toimeenpano (Valo) 2015 ->
- Uusi varhaiskasvatussuunnitelma (VASU) syksyllä 2016 (OPH)
- Alle kouluikäisten liikuntasuosituksien julkistaminen (sis. varhaiskasvatus) 7.9.2016
- Liikkuja polku –verkoston toiminta käynnistyi keväällä 2015 (Valo)
- EU ja WHO-Euroopan alue aktiivisia terveysliikunnan saralla
- Johdon sitouttaminen TEHYLIn jatkuvaa työtä (valtio, kunta – virkailijat, luottamus jne)
- TEHYLI-viestintä lisääntyy; TEHYLI-nettisivut valmistuivat syksyllä 2015
www.muutostaliikkeella.fi, syksyllä 2016 perustettu Muutosta liikkeellä -Facebook-sivut

Muutostaliikkeellä.fi-sivusto

- Sivusto pohjautuu Muutosta liikkeellä! (TEHYLI) -linjauksiin
- Sivuston tavoitteena on
 - tehdä näkyväksi fyysisesti aktiivista elämäntapaa edistäviä tekoja ja toimintoja
 - luoda vuorovaikutusta ja tuottaa oivalluksia
 - lisätä verkostoitumista ja tavoittaa uusia toimijoita.
- Sivuston sisällöt ovat TEHYLI-verkoston tuottamia
- Sisältöä rakennetaan ajankohtaisten teemojen ympärille: ensimmäinen teema on istuminen, toinen syksyllä 2016 Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset
- Sivusto avattu syksyllä 2015 osoitteessa muutostaliikkeella.fi
- Lisäksi syksyllä 2016 avattu Muutosta liikkeellä -Facebook –sivut
- Toteuttajana LIKES