



SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA

SUOMEN OLYMPIAKOMITEA

24.11.2022



Olympiakomitean strategia 2024



Arvot:


Kunnioittavasti


Yhdessä


Vastuullisesti

Vastuullisuuden
esikuva


Erinomaisesti

Verkostojen
johtaja


Ilolla

Osaamisen ja
ammattimaisuuden
edistäjä

Vahva viestijä
ja edunvalvoja

Digitalisaation
edelläkävijä

Missio: Liikunnasta ja urheilusta elinvoimaa Suomeen



Liike – hyvinvoinnin edellytys

- **Elämäntapamme on muuttunut** liikkumista suosivasta istumista sekä erilaista näppäilyä ja naputtelua suosivaksi.
- **Alle kolmasosa suomalaisista liikkuu terveyden kannalta riittävästi.**
- **Liikunta vaikuttaa myönteisesti.** Terveyden ja hyvinvoinnin lisäksi esimerkiksi oppimiseen, yhteisöllisyyteen ja työkykyyn, jopa maanpuolustuskykyyn. Liikkuen voi ehkäistä, hoitaa ja kuntouttaa kaikkia merkittäviä kansansairauksia.
- **Ongelma on suuri.** Liian vähäinen liikunta kasautuu yhteiskunnallisella tasolla – kuvaavia ovat yli 3 miljardin vuotuiset kustannukset.
- **Ratkaisuna** tulee olla monia vaikuttavia keinoja harrastamisesta huomaamattomaan arkiliikuntaan.

Meitä asuu Suomessa 5 549 808 ihmistä. Kukaan yksilö, yhteisö tai yritys ei voi yksin ratkaista liikkumattomuuden haastetta.

Koko suomalaisen liikunnan ekosysteemiä vahvistamalla voimme yhdessä edistää maamme liikunnallista elämäntapaa.



Olympiakomitean **roolina** on vahvistaa koko suomalaisen liikunnan ekosysteemiä valtakunnallisella tasolla, toimia vetovoimana eri toimijoiden ja toimintojen yhdistäjänä sekä lisätä kansalaiskeskustelua liikunnallisen elämäntavan merkityksestä yhteiskunnassa.

Olympiakomitean Liike ja liikunnallinen elämäntapa -yksikön neljä operatiivista päävalintaa: **yhdistämme** toimijoita, **viestimme**, **vaikutamme**, ja **kehitämme** käytäntöjä.

Yhteistyön **tuloksena** on paremmin virtaava ja laajentuva liikunnan ekosysteemi sekä liikunnan merkityksen vahvistuminen.

Yhdessä voimme punoa liikkumisen tiiviiksi osaksi suomalaista elämänmenoa.



Liike on osa Kestävää kehitystä

Terveys ja hyvinvointi

Vähemmän sairauksia

Vähemmän
mielenterveysongelmia

Vähemmän syrjäytymistä

Toimintakykyä

Vähemmän tapaturmia

Yhteisöjä ja elämyksiä

Talous

Vähemmän sote-kuluja

Enemmän verotuloja

Työllisyys

Paikallista vetovoimaa

Liikunnan ja urheilun
työpaikkoja

Tuottavuutta

Pidempää & eheämpää
työuria

Koulutus ja oppiminen

Parempia
oppimistuloksia

Kansalaistaitoja

Mielekästä tekemistä

Maanpuolustus

Maanpuolustuskykyä

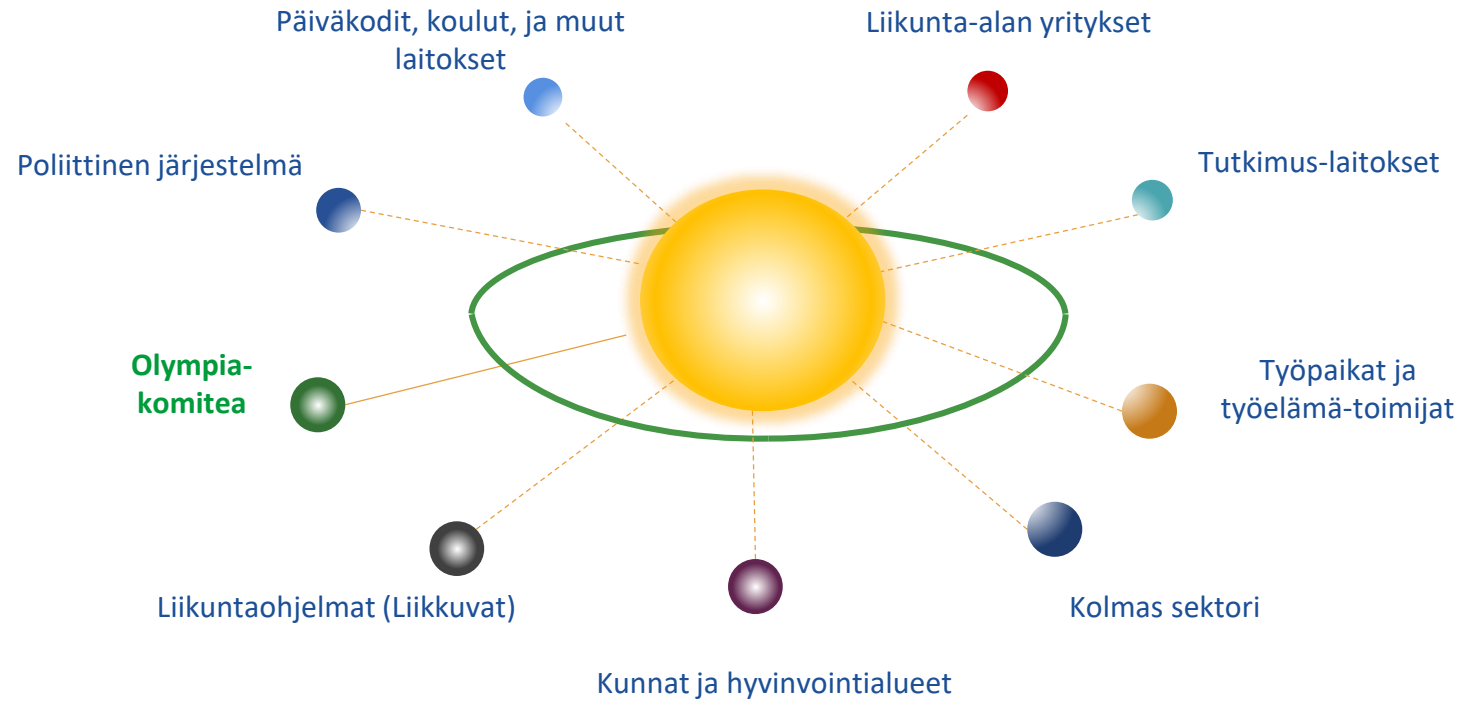
Ympäristö

Vähemmän päästöjä

Mikä on liikejalanjälkemme

Yksi Liike

Suomalainen liikuntakulttuuri



**Liikkuminen on seuraus. Niin
myös liikkumattomuus.**

Mutta kustannus on kovempi



Eli mitä tämä kaikki maksaa?

Paikallaanolon kustannukset vuosittain Suomessa



Liikkumattomuuden kustannukset vuosittain Suomessa



Liikkumattomuuden kustannukset

vuosittain Suomessa sairausryhmittäin



Paikallaanolon kustannukset

vuosittain Suomessa sairausryhmittäin

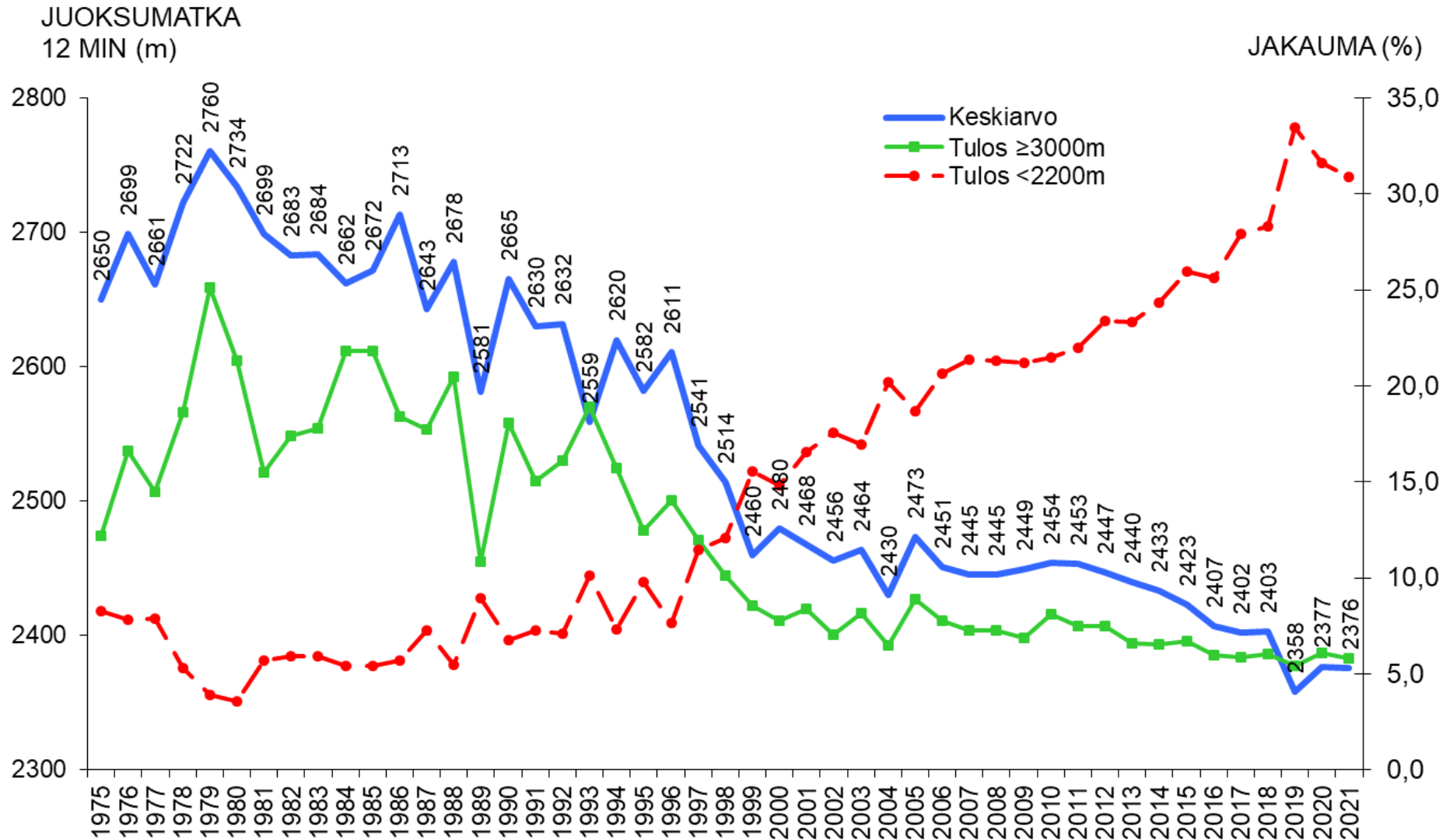


Ja vielä yksi näkökulma

**Väestömme fyysinen kunto
laskee koko työuriamme ajan**



Kestävyyuskunto varusmiehillä 1975->



Mitä on odotettavissa – terveys ja talous?

UKK-instituutin liikuntaraportin mukaan työikäisen väestön kunto rapistuu, paino nousee ja väestössä on runsaasti sairauksia.

Tästä on seurauksena:

- sairauspoissaolot kasvavat
- terveydenhuolto kuormittuu
- menetämme terveitä työvuosia
- työkyvyttömyyseläkkeiden määrä kääntynyt kasvuun

Tämä kaikki haastaa terveyden, talouden, työkyvyn, maanpuolustuksen...ja totuus on, että elintapasairauksien määrä on nousussa ja sairastuneet yhä nuorempia (esim. 2 t-diabetes n. 400.000 sairastunutta – 700.000 riskissä)



Sanna Marin väläyttää 4 päivän työviikkoa tai 6 tunnin työpäivää: ”tänään ehkä utopiaa, mutta voi olla tulevaisuudessa totta”

Sanna Marin tekisi työviikosta nelipäiväisen tai työpäivästä kuusituntisen.



Elsa Osipova

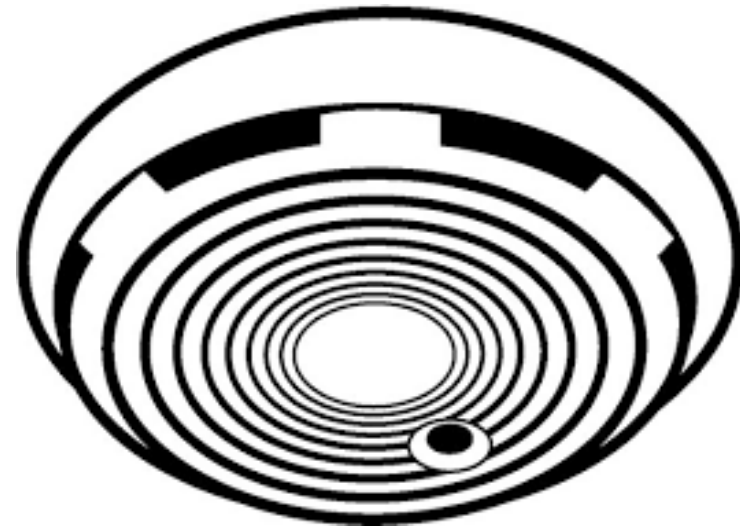
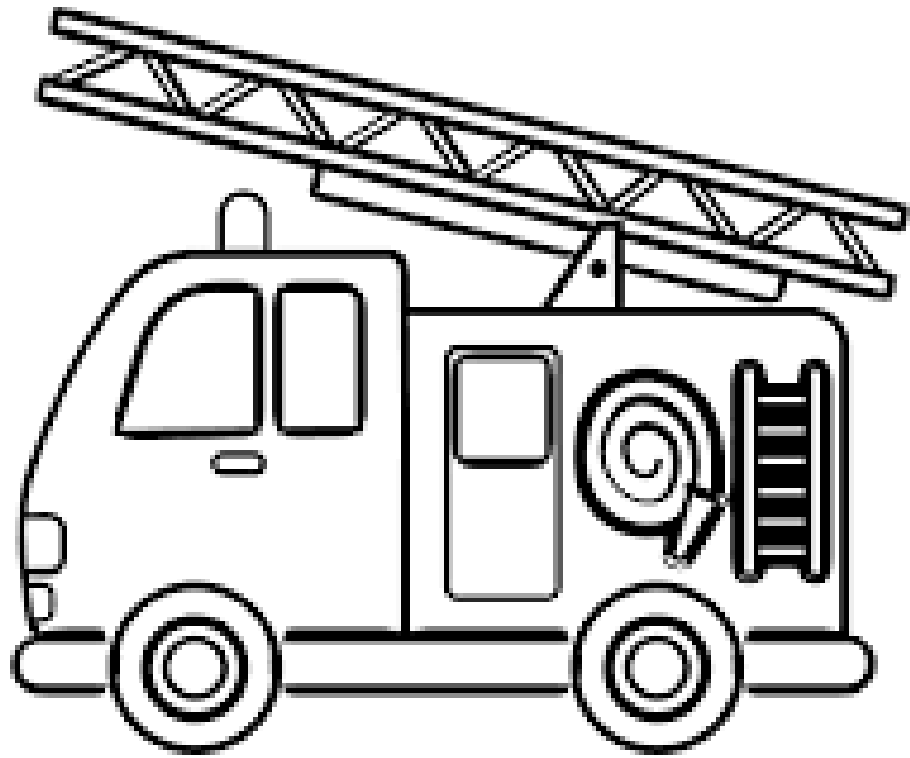
19.8.2019 10:54 | Päivitetty 19.8.2019 15:39



Totta vai tarua?

- Haastattelututkimusten kautta välittyy jo kuva, että osa ammattikoulujen opiskelijoista ei selviydy opiskelusta sen fyysisyyden takia.
- Haasteita näköpiirissä myös fyysisesti vaativissa töissä – pelastajat, poliisi, sotilaat, rajavartijat, jne. Kuten myös hoitajat, muuta arjessa myös fyysisiä toimia tekevät.
- Nykymenolla 44-vuotiaan keskipaino on 24 vuoden kuluttua 95kg (88 kg) ja heistä on noin 88% ylipainoisia (73%)
- Kuvaavaa on, että tällä tahdilla fyysisen kunnon näkökulmasta vanhenemme 35 vuotta seuraavan 25 vuoden aikana (vertaus tämä hetki – edelliset 25v. – tulevat 25v.)
- *Silti yksi yhteiskuntamme onnistumisena keihäänkärkenä on eläkeiän nostaminen.*





Paloauto vai palovaroitin

- Olemmeko omien toimintatapojemme vanki vai löydämmekö uusia pelisääntöjä.
- Miten toimimme ja kalustamme mm. päiväkodit, koulut, oppilaitokset, työpaikat, hoivalaitokset...
- Mitä voimme oppia megatrendeistä kuten ilmastonmuutoksen aikaansaamista muutoksista toimintatapoihimme tai koronan tuomasta digiloikasta.

Millä yhteisellä sanoituksella kuuleminen muuttuu kuulemiseksi?



Mitä yritän sanoa

Yhteinen visio
Perintö
Yhdenvertaisuus
Liikkumattomuusjalanjälki
OKM
Liikejalanjälki
Strategia
Kunta
Seuratoiminta
Yksityinen
Strategia
Pelikirja
Huippu-urheilu
Hyvinvointi
Liikkumattomuus
Minun asia
Energiakriisi
Retkeily
Mielenterveys
Sota
Meidän asia
Sote
Julkinen
Eduskuntavaalit
Poikkihallinnollisuus
Hallitusohjelma
Hyvinvointialue
Kaavoitus
Sosiaalisuus
Inflaatio
Arkiliikunta



Yksi Liike



KIITOS



**SUOMEN
OLYMPIAKOMITEA**

Petri Keskitalo, johtaja, liike ja liikunnallinen elämäntapa