



LIKUNNASTA ASKELMERKKEJÄ BRÄNDÄYKSEEN

Tuula Loikkanen - Sanna Vähänen
SOUTH FINLAND EU-OFFICE

THE REGIONAL COUNCIL OF PÄIJÄT-HÄME



Tuula Loikkanen - Sanna Vähänen

South Finland EU-Office

Avenue de Tervuren 35

1040 Brussels

www.southfinland.org

tuula.loikkanen@skynet.be

southfinland@skynet.be

Liikkumalla maailman maineeseen – Suomi-brändin jalkauttaminen juosten!

Eurooppa ikääntyy. Terveydenhoidon hinta nousee. Hoitosuhde on kallellaan. Työurat lyhenevät entisestään. Elintasosairaudet yleistyvät. Paine terveydenhoitojärjestelmiä kohtaan kasvaa. Nuoriso syrjäytyy. Nuorison kunto laskee. Ikääntyneet jäävät yhteiskunnan ulkopuolelle.

Nämä kaikki ovat haasteita, joiden kanssa kamppailee paitsi EU:n jäsenvaltiot, myös monet Euroopan ulkopuoliset maat. Taluskriisin takia kaikilla on varat vähissä. On syytä säästää menemällä haasteiden alkulähteille sillä ongelmiksi kehittyneiden haasteiden ratkaisu on paljon vaikeampaa ja kalliimpaa kuin niiden taklaaminen alkuvaiheessa. Suomen brändiä pohtinut työryhmä ehdottaa Suomelle ongelmanratkaisijan roolia globaaleissa haasteissa, sillä työryhmän mukaan Suomella on siihen mahdollisuus ja velvollisuus. Työryhmä on hahmotellut raportissaan useita tehtäviä brändin kehittämiseksi. Raportissa todetaan: ”Tehtävät ovat monitahoisia ja niiden aikajänne on pitkä. Osa tehtävistä on osoitettu poliittiselle johdolle tai kaikille suomalaisille, osa joillekin tietyille aloille tai yhteiskunnallisille ryhmille. Suurten tehtävien toteuttaminen edellyttää useista haastavista alatehtävistä suoriutumista. Yhteistä tehtäville on se, että niillä pyritään tekemään Suomesta ja koko maailmasta parempi paikka. Valtuuskunta uskoo, että tehtävien suorittaminen on paras mahdollinen tapa edistää Suomi-kuvaa. Niin me osoitamme koko maailmalle, että Suomi on maa ja kansa, joka ratkaisee ongelmia.”

Ikääntymisen ja koko elinkaaren – vauvasta vaariin - mukanaan tuomia terveysongelmia voi ratkaista ennaltaehkäisevästi liikunnalla. Työssä jaksamisen parantamista ja työurien pidentämistä voi helpottaa tuomalla liikunnan osaksi työpäivää. Elintasosairauksien ehkäisemiseen ja terveystulujen nousuun voi vaikuttaa liikunnalla hoitamalla haaste ennen sen kehittymistä ongelmaksi. Liikunnan ja urheilun kautta voi aktivoida nuoria. Paitsi että heidän kuntonsa kasvaa heillä on myös mahdollisuus kehittää sosiaalisia ja muita taitoja.

Suomi on ratkaisijan asemassa. Me tiedämme miten helpottaa ja ehkäistä ikääntymisen ja syrjäytymisen tuomia ongelmia. Olemme tehneet Pohjois-Karjala –projektin, joten miksi emme voisi tehdä myös Suomi-projektia, jossa todistamme että terveyttä edistävä liikunta on parasta ennaltaehkäisyä ikääntymisongelmaan ja terveydenhuoltojärjestelmien kuormitukseen. Tässäkin asiassa maabrändiraportissa mainittu ”Suomalainen madness” –käsite on voimavaramme – emme lopettaneet sauvakävelyä vaikka meiltä kyseltiin missä on sukset. Voimme olla omalla tavalla hulluja ja samalla edistää yhteiskunnan kehittämistä.

Suomi terveystuonon edistäjänä maailman huipulle

”Suomi tarjoaa maailmalle toimivuutta, kestäviä ratkaisuja sekä tuotteiden ja palvelujen että yhteiskunnan toimivuuden muodossa” – Consider it done!

Terveystuonon on kaikki sellainen fyysinen aktiivisuus, jolla on myönteisiä vaikutuksia terveyteen. Terveystuonon ei tarvitse olla varsinaista urheilua. Se voi olla esimerkiksi leikkimistä, puutarhanhoitoa ja kotitöitä. Fyysisen aktiivisuuden terveyshyödyt ja fyysisen passiivisuuden terveysvaarat on osoitettu useampaan otteeseen. Fyysinen aktiivisuus parantaa esimerkiksi sydämen ja verenkiertoelimistön terveyttä, kehittää luuston kestävyyttä ja vähentää mahdollisuuksia sairastua tyyppiin 2 diabetekseen.

Maabrändiraportissa eritellään kolme pääteemaa: toimivuus, koulutus ja luonto. Miten terveystuonon yhdistyy näihin teemoihin? Miten voimme käyttää osaamisalueitamme hyväksemme näissä

pääteemoissa terveysliikunnan saralla? Raportissa todetaan että maabrändin kehittämällä on kuusi keskeistä tavoitetta. Näitä ovat suomalaisen työn hedelmien arvostuksen lisääminen eli suomalaisten tuotteiden ja palveluiden viennin edistäminen, kansainvälisten investointien edistäminen Suomessa, Suomeen kohdistuvan matkailun edistäminen, Suomen valtion kansainvälisen aseman edistäminen, Suomen houkuttelevuuden edistäminen kansainvälisten ammattilaisten keskuudessa ja suomalaisten kansallisen itsetunnon kohottaminen.

Suomalaisen työn hedelmien arvostuksen lisääminen eli suomalaisten tuotteiden ja palveluiden viennin edistäminen yhdistyy terveysliikuntateemaan liikuntapalveluiden ja –tuotteiden kautta. Nykyisellään on jo olemassa suomalaisia laadukkaita urheilutuotteita, kuten Polarin ja Suunnon valmisteet. Tällaisia markkinoita tulisi edelleen kehittää. Liikuntapalvelujen synnyttäminen ja markkinoiminen on entistä ajankohtaisempaa sillä palvelumarkkinat ovat kasvamassa.

Kansainvälisiä investointeja voi edistää sellaisten matkailupaikkojen markkinoimisella, joissa voi harrastaa liikuntaa monipuolisesti. Liikuntamatkailua Suomessa on jo nykyisellään, mutta sen kohentamiseen ja markkinoimiseen voisi panostaa vielä enemmän. Suomessa on hyvät mahdollisuudet eri liikuntalajien harrastamiselle muun lomailun ohessa tai loman pääaktiviteettina. Suomalainen luonto tarjoaa tähän loistavat ja monipuoliset puitteet.

Suomalainen koulutusjärjestelmä vetää jo nyt ulkomaalaisia Suomeen – profiloitumalla koulutukseen myös terveysliikunnan alalla Suomen houkuttelevuus lisääntyisi kansainvälisten ammattilaisten keskuudessa. Suomeen haluttaisiin tulla opiskelemaan ja kouluttautumaan. Verokilpailulla emme voita uusia ammattilaisia kovenevassa kilpailussa maailmalla mutta voimme luoda muita mahdollisuuksia jotka kohottavat elämänlaatua ja edistävät ihmisten halua tulla työskentelemään Suomeen. Mahdollisuuksia on monia. Suomen valtion kansainvälistä asemaa edistää hyvät ja ammattimaisesti järjestetyt urheilukisat. Näissä kisoissa kaikki toimii ja infrastruktuuri on laadukasta. Toisaalta kaikki tässä luvussa esitetyt toimet edistävät osaltaan Suomen kansainvälistä asemaa.





Kuvio 1. Brändäyksen tavoitteiden saavuttaminen terveysliikuntateeman kautta

Suomalainen liikuntainto eurooppalaisessa kontekstissa

Suomi ei ole yksin tämän suuntaisten asioiden kanssa. Suuri osa Euroopan Unionista tulevista aloitteista on jollain tavalla yhteydessä tämän teeman kanssa. Euroopan komissio on päättänyt ensimmäisen innovaatiokumppanuuden aiheeksi aktiivisen ja terveellisen ikääntymisen Innovaatiunioni-hankeeseen liittyen. Aktiivisen ja terveellisen ikääntymisen innovaatiokumppanuus pyrkii parantamaan ikääntyneiden kansalaisten terveyttä ja elämänlaatua, mahdollistaa vanhusten aktiivinen ja itsenäinen elämä ja osallistua kestävä ja tehokkaan terveys- ja sosiaalijärjestelmän kehittämiseen. Komissio on myös ehdottanut vuoden 2012 nimittämistä aktiivisen ikääntymisen teemavuodeksi. Teemavuodella komissio haluaa kannustaa terveelliseen ikääntymiseen, aktiiviseen osallistumiseen sekä työssä jaksamisen parantamiseen. Komissio julkaisi alkuvuodesta 2011 myös tiedonannon urheiluun liittyen, Urheilun eurooppalaisen ulottuvuuden kehittämisen asiakirjan. Sosiaalisen inklusion promoaminen, tasa-arvo ja eurooppalaisten terveyden kehittäminen ovat keskeisiä teemoja EU:n urheilutiedonannossa.

Myös EU2020-strategiassa on monia yhtymäkohtia terveysliikuntateemaan. Strategian prioriteetteja ovat älykäs, kestävä ja osallistava kasvu. Terveysliikuntateemaa voi tuotteistaa ja ennen kaikkea sen kautta voi kehittää erilaisia palveluja joiden ympäristövaikutus on vähäinen. Hyvälaatuiset urheiluvälineet eivät taas ole kertakäyttöisiä vaan pitkäikäisiä tuotteita. Teema tarjoaa yhden tien ulos kertakäyttökulttuurista. Tällaisen erikoisteeman kautta haettu kasvu on myös älykästä, sillä terveysliikuntateema perustuu korkealle koulutukselle ja erikoistietotaidolle. Tänä päivänä innovaatioita haetaan ennen kaikkea sosiaalisten innovaatioiden muodossa. Terveysliikuntateema tarjoaa myös mahdollisuuksia osallisuuden kasvattamiselle. Liikunnan kautta erityisryhmiä voi voimaannuttaa ja tuoda mukaan yhteiskunnan toimintaan. Toisaalta sen kautta voi myös oppia uusia taitoja. Liikunnan tulisi olla mahdollisia kaikille – sosioekonomisesta asemasta riippumatta.

Toimivaa terveyttä

Maabrändityöryhmä ryhmittelee Suomen brändin kolmen teeman ympärille: toimivuus, luonto ja koulutus. Muut puhuvat, suomalaiset tekevät. Suomessa järjestetyt urheilukisat ovat toimivia. Suomalaiset järjestävät hyvin niin huipputapahtumat kuin pienemmätkin kisat. Veteraanien MM-kisat Lahdessa oli yksi parhaiten organisoiduista kisoista. Niissä myös yhdistyi sekä suomalainen toimivuus että aktiivisen ikääntymisen mahdollisuudet. Suomalaiset osaavat myös järjestää kisoja ympäristöasiat huomioiden.

Liikuntaan on Suomessa kaikilla mahdollisuus. Kunnat ylläpitävät liikuntapaikkoja ja ne ovat usein ilmaisia tai vähintäänkin edullisia. Myös kansalaisopistoilla on erittäin laaja liikuntavalikoima ja se on edullisesti kaikkien saatavilla. Liikunnassa näkee suomalaisten uskalluksen erilaisiin lajeihin. Missään muussa maassa ei yhtä nopeasti seurata erilaisia liikunta-ilmioita ja olla valmiita kokeilemaan mitä hulluimpia ajatuksia. Urheilusankarit motivoivat suomalaisia. Uudet lajit tulevat ryminällä suosikeiksemme heti kun olemme saaneet siitä mitalin – esikuvat ovat innostaneet esimerkiksi aikaisemmin vähäisempää suosiota nauttineiden curlingin ja lumilautailun aloittamiseen.

Elämänlaatuun kuuluu monelle mahdollisuus liikkua – oli se sitten maratonin juoksu tai marjastaminen. Uusi suomalainen sukupolvi on aikaisempia sukupolvia vähemmän työkeskeinen. Vapaa-aikaan halutaan sijoittaa. Työ luo hyvinvointia mutta ei ole koko elämä. Tällainen suuntautuminen luo kasvavia vapaa-ajan markkinoita.

Suomalaiset **tuotteet** ovat kestäviä – voimme todeta että urheiluvälineemme kestävät useammankin sukupolven. Sloganin ”Ostamalla suomalaista ostat koko elämän ajaksi” avulla voimme myydä myös ajatusta ”Liikkumalla ostat elämänlaatua koko elämän ajaksi”. Meidän on saatava konkreettista tietoa siitä kuinka paljon terveysliikunta säästää valtion ja kuntien verovaroja – yksityisten henkilöiden varoista puhumattakaan. Näiden tulosten avulla voimme todistaa koko Euroopalle kuinka paljon halvempaa on haasteiden ennaltaehkäisy kuin ongelmien ratkaisu.

Kaupunkirakenteelta odotetaan nykyään ikäystävällisyyttä. Miksei kaupunki-infrastruktuurilta vaadita myös entistä enemmän liikuntaystävällisyyttä? Kyseessä on oikeastaan sama tavoite: kuntalaisten aktivointi. Kaupunkisuunnittelussa voitaisiinkin ottaa entistä paremmin huomioon kaikenikäiset kuntalaiset, jotta kaupunkien rakenne kannustaisi liikkumiseen ja muuhun aktiiviseen osallistumiseen. Arkiliikunta on melkein huomaamatonta mutta hyvin tehokasta ja säännöllistä. Liikkumaan ei tarvitse lähteä erikseen vaan sitä tulisi voida tehdä vaivattomasti. Myös koulupihojen liikunnallisiin mahdollisuuksiin voisi kiinnittää entistä enemmän huomiota. Tällaista kaupunkisuunnitteluun liittyvää osaamista voi myös markkinoida ulkomaille ja siitä voi tehdä vientituotteen.

Liikuntaharrastusten kautta on mahdollisuus uuden **sosiaalisen verkoston** luomiseen. Suomessa on hyvin paljon urheilujärjestöjä, jotka tekevät tuottavaa työtä koko yhteiskunnan eteen. Yhdessä tekeminen luo yhteistä henkeä. Suomessa on kymmeniä tuhansia syrjäytyneitä nuoria. Icehearts – joukkueessa syrjäytymisvaarassa olevat ja jo syrjäytyneet nuoret on saatu liikunnan avulla mukaan yhteiskunnan toimintaan ja toiminnan ohella on opittu luottamusta, ryhmätoimintaa ja vastuunkantoa. Harrastaminen on myös oppimista – lajiliitot kouluttavat juniorivalmentajia paitsi oman lajin taitojen opettamiseen myös yleiseen urheilupedagogiikkaan. Moni nuori on löytänyt urheilusta myös työn.

Harrastuksen kautta voi kehittää työllistymiseen tarvittavia taitoja. Johtaminen liikunnassa on enemmänkin motivointia oppimiseen ja kehittymiseen – malli pitäisi siirtää muuhunkin johtamiseen. Maabrändityöryhmän raportissa annetaan työnantajille tehtävä edistää yhdessä tekemistä. Yhdessä

tekeminen voi lähteä liikkeelle vaikka yhteisistä liikunta- tai urheilukerhoista. Liikuntasetelit ja työpaikkojen omat liikuntaryhmät ovat Suomessa laajalti käytössä mutta niiden asemaa voisi edelleen parantaa. Liikuntaa voi harrastaa töitä tehden: miksipä ei pidettäisi välillä kokousta kävellen. Lenkille voi lähteä myös työpaikalla – kuinka monta ideaa onkaan syntynyt yhteisessä urheilupiirissä. Konecranesin Hämeenlinnan tehtaan työntekijät voivat osallistua yrityksen kustantamiin kunnonkohotustalkoisiin. Kunto-ohjelmaan osallistuvat työntekijät kulkevat kiihtyvyyssanturit päällä ja tarkkailevat kuntonsa kohenemistä. Yrityksessä uskotaan että kunnonkohotus-projekti maksaa itsensä takaisin sillä se lisää yhteishenkeä, laskee sairauspoissaoloja ja ehkäisee ennenaikaisia eläköitymisiä. Pekkaniska Oy:n kuntobonusjärjestelmässä työntekijöille maksetaan korvausta mm. työmatkapyöräilystä ja lenkkeilystä sekä tupakoimattomuudesta. Näiden yritysten esimerkki kannustaa muita tarttumaan toimeen.

Luontoon liikkumaan

Suomalainen luonto antaa paljon mahdollisuuksia liikkumiseen. Ei tarvita välttämättä kalliita välineitä, taloja ja tiloja liikunnan harrastamiseen. Liikunta on kaikkien lähellä luonnon kautta. Jokamiehenoikeudet antavat mahdollisuuden liikkumiseen, marjastamiseen, melkeinpä mihin tahansa luonnossa. Luonto on kaikkialla – myös suurkaupungeissa. Matkailijat voivat nauttia luonnon rauhasta jo Helsingissä. Luontokeskukset, tulipaikat, laavut ja autiotuvat ovat kaikkien liikkuvien käytössä ilmaiseksi. Liikuntaharrastus on kaikille mahdollinen.

Luonnossa liikkuminen ja hyvinvointiin tähtäävä liikunta on hyvin korkealla suomalaisten arvostuslistalla – siihen ollaan valmiita panostamaan ja sitä ollaan valmiita kehittämään. Seniorielämä-tutkimuksessa tarkasteltiin eläkkeellä jo olevien ja sille pian siirtyvien henkilöiden näkemyksiä vapaa-ajasta ja arvoista. Tutkimuksesta selvisi, että ulkoilu kuului lähes kaikkien vastanneiden viikko-ohjelmaan. Liikuntapalveluilla on näkyvyyttä ja ne ovat kaikkien saatavilla. Kunnilta löytyy halua myös niiden parantamiseen. Esimerkiksi jokaisesta Päijät-Hämeen kunnasta löytyy liikuntaneuvoja, jotka ovat tuoneet terveysliikuntaa lähemmäksi jokaisen kuntalaisen omatoimista kehittymistä. Kaikki liikunta ei vaadi kallista välineistöä ja välineistön hankkimista voi helpottaa monin eri tavoin. Heinolassa ja Lahdessa tarjotaan urheiluvälineistöä kuntalaisten käyttöön julkisista kaikkien ulottuvilla olevista kirjastoista. Kuntoilun lisääminen on lopulta jokaisen oma päätös. Kannustimien käyttö voi kuitenkin merkittävästi madaltaa kynnystä liikunnan aloittamiselle.

Liikunnan harrastaminen ei ole kytköksissä tulotasoon. Suomalaisessa tasa-arvoajattelussa tämä on tärkeä tekijä. Luontomatkailu yhdistettynä terveysliikuntaan on kasvava markkinarako maailmalla. Meillä on siihen valmiit resurssit – tekijöitä vaan kaivataan lisää.

Terveysliikunnan ja terveystuotteen yhteys on ilmeinen. Ruokavalio vaikuttaa suuresti kunnan kohottamisen onnistumiseen. Suomi voisi nousta esille terveellisen ja eettisesti tuotetun ruuan keitaana. Suomessa on suunniteltu paljon erilaisia terveysvaikutteisia ruokia, joiden eteenpäin vieminen Eurooppaan ja maailmalle olisi mahdollistettava. Jo nyt Suomessa päiväkotit- ja kouluruoka on terveellistä ja maailmalla kehuttua. Maabrändiraportissa nostetaan vahvasti esille luomuruoka. Kuten maabrändiraportissa todetaan, suomalainen elintarviketeollisuus voisi tarkemmin huomioida super food-markkinat, sillä suomalaisissa metsissä on tähän paljon aineksia. Miten olisi esimerkiksi matkailumarkkinointi jossa kannustettaisiin ihmisiä tulemaan poimimaan omat super food –annoksensa suoraan metsästä?

Koulutuksen kunnan kohottaminen

Liikunta-alan koulutus ja terveysalan tutkimus on Suomessa huippuluokkaa, kuten koko koulutusjärjestelmä. Suomi voisi profiloitua liikunta-alan koulutuksen keitaana. Suomessa panostetaan myös aikuiskoulutukseen. Aikuiskoulutus tarjoaa paljon mahdollisuuksia esimerkiksi työurien pidentämiseen. Suomalainen koulutusmalli on yksi maailman tasa-arvoisimmista. Tasa-arvo ei koske ainoastaan sukupuolia vaan myös sukupolvia. Ikääntyville ihmisille on monenlaisia mahdollisuuksia kouluttautumiseen. Elinikäinen oppiminen otetaan Suomessa hyvin huomioon. Tätä voisi käyttää hyväksi myös liikuntateemassa ja liikuntamuotoja voisi hyödyntää eri ikäryhmien välisten aitojen madaltamiseen.

Kouluissa tehtävää liikuntatyötä voidaan miettiä myös vientituotteena ilmeisimpien urheiluväline- ja vaatemarkkinoiden lisäksi. Suomalainen järkevyyt, käytännöllisyys ja mutkattomuus ilmenee näissä tuotteissa ja palveluissa. Suomalaiset ovat hyviä suunnittelemaan käytännöllisiä ratkaisuja. Urheiluharrastuksiin ja liikuntaan tällaiset ratkaisut sopivat erityisen hyvin.

Suomalaiset ovat haluttuja yhteistyökumppaneita ja työntekijöitä. Arvostus suomalaisia urheilualan valmentajia ja trenareita kohtaan näkyy ulkomailla. Formula ykkösissä on kaksi suomalaista kuntovalmentajaa, mäkihyppymontussa melko monella maalla on suomalainen valmentaja ja suomalaiset jääkiekkovalmentajat ovat haluttuja ympäri maailmaa.

Suomessa käytössä oleva liikuntareseptikäytäntö on kiinnostanut laajalti eurooppalaisia toimijoita. Liikuntareseptissä määrätään lääkkeiden sijasta liikuntaa ja liikuntapalveluntarjoajina voivat toimia niin julkinen ja yksityinen kuin kolmaskin sektori. Kyseessä on yksinkertainen sosiaalinen innovaatio, jolla voidaan saavuttaa mittavia säästöjä ja kannustaa taloudelliseen kasvuun.

Suomessa on vahva **designperinne**. Käytännöllisen ratkaisun ei tarvitse olla ruma. Nuoria suunnittelijoita on Suomessa paljon ja heidän voimavarojaan voisi hyödyntää lisää. Tuotteiden suunnittelun lisäksi palveluiden suunnittelu tarjoaa mahdollisuuksia. Palvelut ja konsultointi voisivat nousta entistä vahvemmin tuotteiden rinnalle. Suomeen voitaisiin luoda tällaista hyvinvointiteollisuutta lisää. Suomalainen hyvinvointiteollisuus on mahdollista innovatiivisten ratkaisujen kautta.

Aineettomien hyödykkeiden kulutus on kasvussa. Designajattelussa pohditaan myös ratkaisujen suunnittelua, ei vain tuotteiden muotoilua. Sosiaalisten innovaatioiden ja palveludesignin avulla voidaan paitsi luoda työpaikkoja myös ratkaista yhteiskuntia painavia haasteita. Kuntoilun määrään liitettävät sovellukset motivoivat ja tekevät kuntoilusta hauskaa. Sovellusten kehittäminen tarjoaa mahdollisuuden hyvinvoinnin kasvattamiseen kahdella tasolla: työpaikkojen lisäämiseen ja fyysisen kunnan parantamiseen. Innovaatiot, luovuus ja design ovat tärkeitä kasvun saavuttamisessa ja vaurauden luomisessa.



Mitä seuraavaksi?

Terveysliikunta ei ole uusi käsite. Siihen liittyvää tutkimusta ja kehitystyötä on tehty Suomessa jo pitkään. Suomessa niin kansallinen kuin alueellinenkin taso ovat olleet aktiivisesti mukana terveysliikunnan edistäjinä. Maabrändivaltuuskunnan raportissa Suomelle kaavaillaan ongelmanratkaisijan roolia. Terveysliikunnan ympärille rakennettu toiminta tarjoaa osaltaan tähän mahdollisuuden. Sen avulla pystytään paitsi vastaamaan moniin nyky-yhteiskuntia painaviin ongelmiin myös rakentamaan Suomen brändiä ongelmanratkaisijana. Terveysliikuntateemassa on mahdollisuuksia taloudellisen kasvun vauhdittamiseen, sosiaalisen inklusion kasvattamiseen, ikäryhmien välisen dialogin käymiseen ja työurien pidentämiseen. Ennen kaikkea siinä on potentiaalia suomalaisten ja myös muiden maiden kansalaisten elämänlaadun parantamiseen. Suomalaisilla on vahvaa osaamista liikunnan ja urheilun alalla. Koulutus, luonto ja käytännöllisyys ovat Suomen vahvuuksia. Niistä löydetään paljon eväitä terveysliikunnan edistämiseen. Terveysliikuntateeman avulla voidaan edistää suomalaisten tuotteiden ja palveluiden vientiä, Suomeen kohdistuvaa matkailua, Suomen houkuttelevuutta kansainvälisten ammattilaisten keskuudessa, kansainvälisiä investointeja Suomeen, Suomen valtion kansainvälistä asemaa ja sillä voidaan myös kohottaa suomalaisten kansallista itsetuntoa.

Suomalainen yhteiskunta elää niistä innovaatioista, joita me tuotamme työssämme ja jokapäiväisissä toimissamme. Innovaatioita tekevät aktiiviset ja terveet ihmiset ja ne ovat pitkäjänteisen työn tulosta. Työyhteisön hyvinvoinnin kehittäminen on samalla sen luovan kapasiteetin kehittämistä, sillä vain hyvinvoiva ihminen kykenee antamaan parhaimman luovan panoksensa ja olemaan avoin uudelle. Usein hyvinvointi ja terveys rinnastetaan samaksi asiaksi. Terveys on kuitenkin enemmän ulkoisesti määritelty tila, johon on selkeitä mittareita. Hyvinvointi pitäisi nähdä yhteiskunnallisesti taloudellisen kasvun keskeisenä edellytyksenä, sillä terveys ja toimintakyky luovat perustan työvoiman hyödyntämiselle ja työllisyysasteen nostamiselle. Kansalaisten terveydentila vaikuttaa ratkaisevasti palveluntarpeeseen –

jos hyvinvointi paranee, vähentää se kaikenikäisten palveluntarvetta ja ikääntyneiden hoivan tarve siirtyy elinkaarella myöhäisempään osaan. Terveet ja aktiiviset kansalaiset ovat perheiden, yhteisöjen ja koko kansantalouden merkittävin voimavara.

”Elämystarpeiden yhteiskunnassa kuluttajat käyttävät entistä enemmän rahaa saadakseen elämyksiä ja palveluita ja tuotteita, joihin liittyy hyvä tarina” sanotaan maabrändiraportissa. Suomalaisten menestystarinat kiinnostavat myös maan rajojen ulkopuolella mutta meidän on itse uskottava niihin ensin. Suomella on jo verkosto valmiina maailmalla jonka kautta voimme myydä osaamistamme. Oman osansa tuovat maailmalla asuvat suomalaiset. Positiivisen sanoman levittämiseen ei tarvita suuria taloudellisia panoksia. Terveysliikunta on suomalaisten vahvuusalue, jota voi lähestyä monesta eri näkökulmasta. Se tarjoaa paljon tilaisuuksia Suomen brändin rakentamiseen. Kuten edellä on esitetty, terveysliikuntaan liittyy useita mahdollisuuksia. Näiden mahdollisuuksien roolia suomalaisen hyvinvoinnin edistäjänä tulisi jokaisen tarkastella omista lähtökohdistaan. Siihen voi tarttua julkinen, yksityinen ja kolmas sektori. Siihen voi tarttua jokainen meistä. Suomesta löytyy osaamista, innovatiivisia hankkeita ja yksinkertaisia mutta tärkeitä oivalluksia. Terveysliikuntateemalla pystytään vastaamaan useisiin Maabrändivaltuuskunnan asettamiin tehtäviin. Suomella on mahdollisuus osoittaa olevansa edelläkävijä eikä perässähiittäjä.

LÄHTEET

Björkman Irina (2011): Elämän paras aika. ET-lehti 4/2011.

Etelä-Suomen EU-toimisto (2011): Health Enhancing Physical Activity is a Problem Solver. Conclusions. Julkaistu 15.3.2011.

EurActiv (2011): Finns offer inspiration for EU health, sports policy. Julkaistu 23.2.2011. <http://www.euractiv.com/en/health/finns-offer-inspiration-eu-health-sports-policy-news-502441>

Euroopan komissio (2010a): Communication from the Commission. Europe 2020. A strategy for smart, sustainable and inclusive growth. http://eunec.vlor.be/detail_bestanden/doc014%20Europe%202020.pdf

Euroopan komissio (2010b): 2012 to be the European year of Active ageing <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&furtherNews=yes&newsId=860&catId=89>

Euroopan komissio (2010c): Europe 2020 Flagship Initiative. Innovation Union. http://ec.europa.eu/research/innovation-union/pdf/innovation-union-communication_en.pdf#view=fit&pagemode=none

Euroopan komissio (2011): Urheilun eurooppalaisen ulottuvuuden kehittämistä koskeva asiakirja. http://ec.europa.eu/sport/news/news984_en.htm

Euroopan parlamentti (2011): Press Release. 2012: European Year for Active Ageing ... and Solidarity between Generations. <http://www.europarl.europa.eu/en/pressroom/content/20110314IPR15479/html/2012-European-Year-for-Active-Ageing-%E2%80%A6-and-Solidarity-between-Generations>. Julkaistu 17.3.2011.

Heiaheia (2011): A fun way to keep fit. <http://www.heiaheia.com/account>

Helsingin Sanomat (2011): Suomalainen moukarimies piiskasi Lewis Hamiltonin huippukuntoon. Julkaistu 3.2.2011.

Hämeen Sanomat (2011): Toiveiden tynnyri on nyt auki. Julkaistu 21.1.2011.

Hämeen Sanomat (2011b): Työnantaja patistaa kohentamaan kuntoa. Julkaistu 7.2.2011.

Maabrändivaltuuskunta (2010): Miten Suomi ratkaisee maailman viheliäisimpiä ongelmia. Consider it solved. Maabrändiraportti 25.11.10. http://www.tehtavasuomelle.fi/documents/TS_koko_raportti_FIN.pdf

Pekkaniska (2011): Pekkaniskan kuntobonuksia laajennetaan. <http://www.pekkaniska.com/fi/fi/tietoa-meista/ajankohtaista.html?t=Pekkaniskan+kuntobonuksia+laajennetaan>. Julkaistu 15.10.2010.

Pixelache (2011): Projects and Collaborations. <http://www.pixelache.ac/helsinki/projects/>

Päijät-Hämeen liitto (2011): PAKETTI. Kuntien palvelurakenteiden kehittämisprojekti. Projektin osahankkeet. http://www.paijat-hame.fi/fi/paketti/paketti_-_projekti/osahankkeet

Sosiaalikehitys (2011): Esitys yleisötilaisuudesta Hämeenlinnan elämänlaatupalveluista. <http://www.sosiaalikehitys.com/news/127/26/Esitys-yleisoetilaisuudesta-Haemeenlinnan-elaemaenlaatupalveluista/d,Ajankohtaista>

World Health Organization (2007): Global Age-Friendly Cities. A guide. http://whqlibdoc.who.int/publications/2007/9789241547307_eng.pdf

World Health Organization (2011a): New physical activity guidance can help reduce risk of breast, colon cancers. Julkaistu 2.2.2011. http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2011/world_cancer_day_20110204/en/

World Health Organization (2011b): 10 facts on physical activity. Julkaistu 11/2010. http://www.who.int/features/factfiles/physical_activity/en/index.html



:PARETTI
Kuljetuspalvelujen alan edustajain liitto

Vipuvoimaa
EU:lta
2007-2013



Euroopan unioni
Euroopan aluekehitysrahasto



THE REGIONAL COUNCIL OF PÄIJÄT-HÄME

Hämeenkatu 9 A, BOX50
15111 LAHTI

firstname.lastname@paijat-hame.fi
www.paijat-hame.fi