

Ulkoilun ja luonnon virkistyskäytön edistäminen kunnassa

1. Ulkoilun merkitys ja käytön määrä Suomessa
2. Kansanterveydelle vaikuttavimmat ulkoiluolosuhteet tehdään kunnissa
3. Koronapandemian vaikutukset ulkoiluun
4. Suomen Ladun vaaliteemat kuntavaaleissa

Suomen Latu on valtakunnallinen ulkoilujärjestö. Visiomme on, että jokainen löytää itselleen mielekkään ja hyvinvointia tuottavan tavan ulkoilla ja liikkua luonnossa.

Edistämme ulkoilua ja retkeilyä kaikkina vuodenaikoina.



SUOMEN LATU

1. ULKOILUN MERKITYS JA VOLYYMI SUOMESSA



SUOMEN LATU

Suomalaiset ulkoilevat 850 miljoonaa kertaa vuodessa

- Luonnonvarakeskuksen tutkimuksen* mukaan suomalainen ulkoilee keskimäärin 170 kertaa vuodessa.
- Tämä tarkoittaa valtakunnallisesti noin 850 miljoonaa ulkoilukertaa vuodessa
- Suurin osa ulkoilusta tapahtuu lähellä kotia, arkena ja viikonloppuisin
- Suuri osa ulkoilusta kohdistuu alueille, missä on metsää, puita tai vihreää ympäristöä.

Ulkoilun merkitys kansanterveydelle on valtava!

*Luonnon virkistyskäytön valtakunnallinen inventointi LVVI2.

Suomalaiset ovat EU:n liikkuvin ja ulkoilevin kansa

Earlier you said you engage in sport or another physical activity, vigorous or not. Where do you do this?

- Suomalaisten liikkumisesta suurin osa tapahtuu ulkona.
- Suomalaiset ovat EU:n liikuntabarometrin (v. 2018) mukaan liikunnallisesti aktiivisinta ja toisaalta Euroopan eniten ulkoilevaa (67 % liikkuu ulkona) kansaa.

https://ec.europa.eu/sport/news/2018/new-eurobarometer-sport-and-physical-activity_en

		In a park, outdoors, etc.	At home	On the way between home and school, work or shops	At a health or fitness centre	At a sport club	At work	At a sport centre	At school or university	Elsewhere (SPONTANEOUS)	Don't know
EU28		40	32	23	15	13	13	12	5	5	2
BE		42	34	25	10	14	15	11	5	3	1
BG		26	49	20	14	5	15	4	6	7	3
CZ		41	37	22	15	10	16	13	4	2	1
DK		44	27	24	26	18	18	13	6	5	1
FI		67	44	29	25	9	10	19	4	3	2
SE		52	34	32	44	9	13	10	1	3	0
UK		34	30	11	18	11	16	12	6	5	3
Highest percentage per country							Lowest percentage per country				

Liikkumattomuuden aiheuttamat vuotuiset kustannukset Suomessa





SUOMEN LATU

1. Lapset leikkivät, liikkuvat ja oppivat luonnossa.

- Luonto on monipuolinen liikunta- ja oppimisympäristö.
- Kaikkien koulujen ja varhaiskasvatuksen käytössä tulee olla lähimetsä.
- Kunta huolehtii riittävästä ammattilaisten täydennyskoulutuksesta, joka antaa kasvattajille ja opettajille osaamista ohjata lapset luontoon leikkimään, liikkumaan ja oppimaan.



2. KANSANTERVEYDELLE VAIKUTTAVIMMAT ULKOILUOLOSUHTEET TEHDÄÄN KUNNISSA

Palloilua voidaan edistää kehittämällä seuratoimintaa ja rakentamalla halleja.

Myös ulkoilua ja luonnon virkistyskäyttöä voidaan edistää mm. parantamalla olosuhteita, tarjoamalla monipuolisia ja saavutettavia ulkoilupaikkoja ja tukemalla kolmannen sektorin toimintaa.



SUOMEN LATU

Mitä ulkoilua suomalaiset harrastavat ja kuinka paljon?

Suosituimmat ulkoilumuodot (LVVI 2010,LUKE)

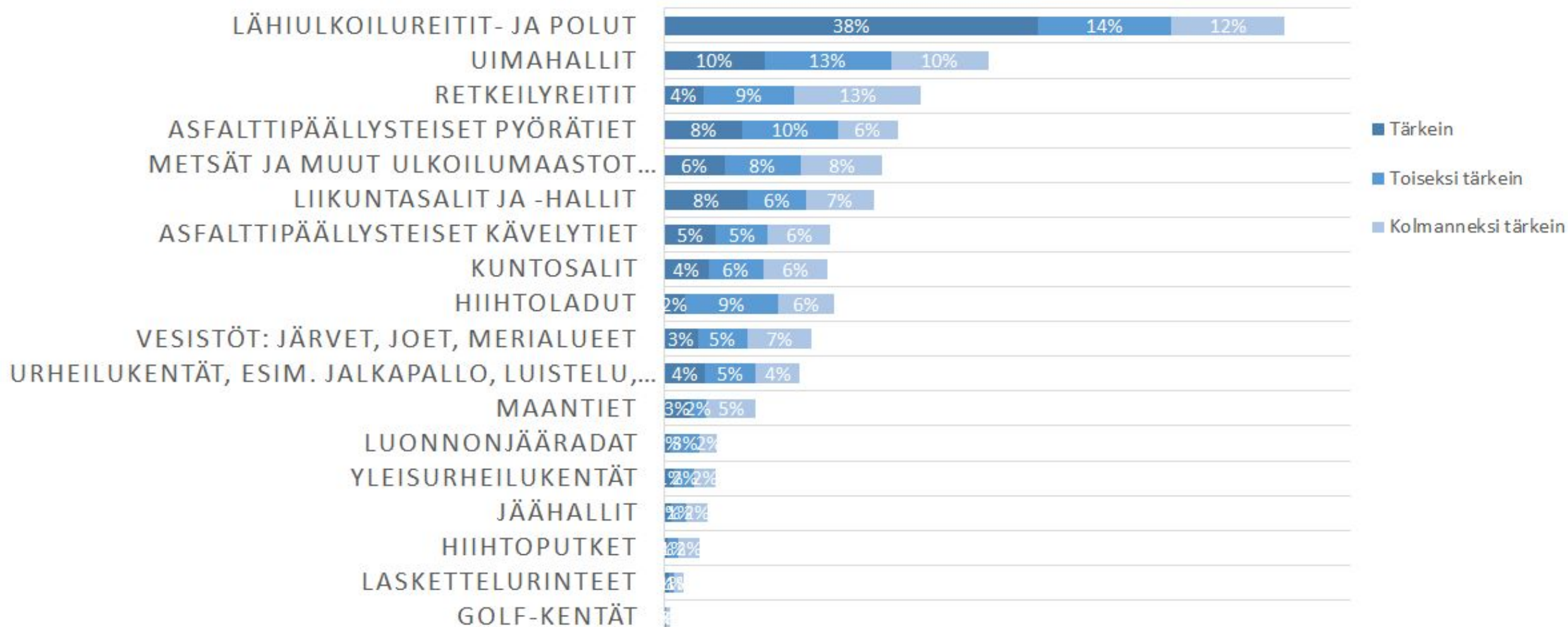


- Kävelyä harrastaa 86 % suomalaisista
- Luonnossa oleskelua 71 %
- Uintia 73 %
- Luonnontuotteiden keräilyä 60%
- Pyöräilyä 55 %
- Maastopyöräilyä 10 %
- Juoksulenkkeilyä 37 %
- Hiihtoa 35 %
- Kalastusta 35 %
- Koiran ulkoilutusta 23 %
- Pulkkailua 23 %
- Melontaa 11%
- Matkaluistelua 5 %
- Uusia mm. frisbeegolf, geokätköily ja mindfulness luonnossa

Keskimäärin suomalaisilla on vuoden aikana 12 eri harrastusta/ tapaa olla ja liikkua luonnossa.

Mitä ulkoilupaikkoja suomalaiset toivovat kehitettävän?

(vli 15- vuotiaat suomalaiset. TNS Gallup 2008)



3. KORONAPANDEMIAN VAIKUTUKSET ULKOILUUN



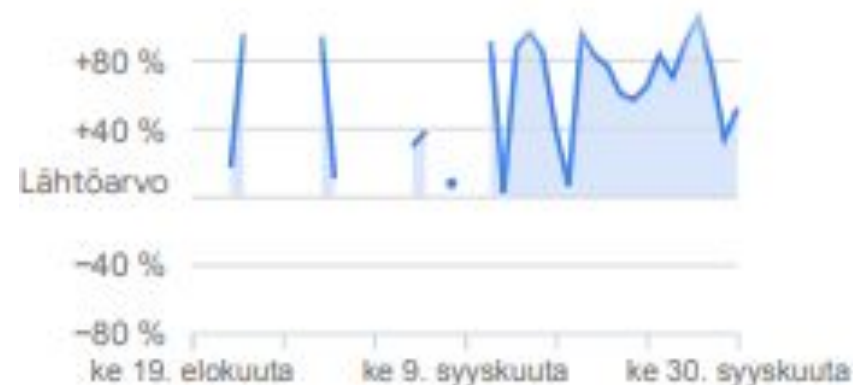
SUOMEN LATU

Ulkoilun kysyntä on kasvanut huomattavasti pandemian aikana

- Koronapandemian aiheuttamana poikkeusaikana uusmaalaisten ulkoilun määrä on lisääntynyt lähes +88 prosentilla [Googlen keräämän anonyymidatan](#) perusteella.

Puistot*

+52 % lähtöarvoon verrattuna

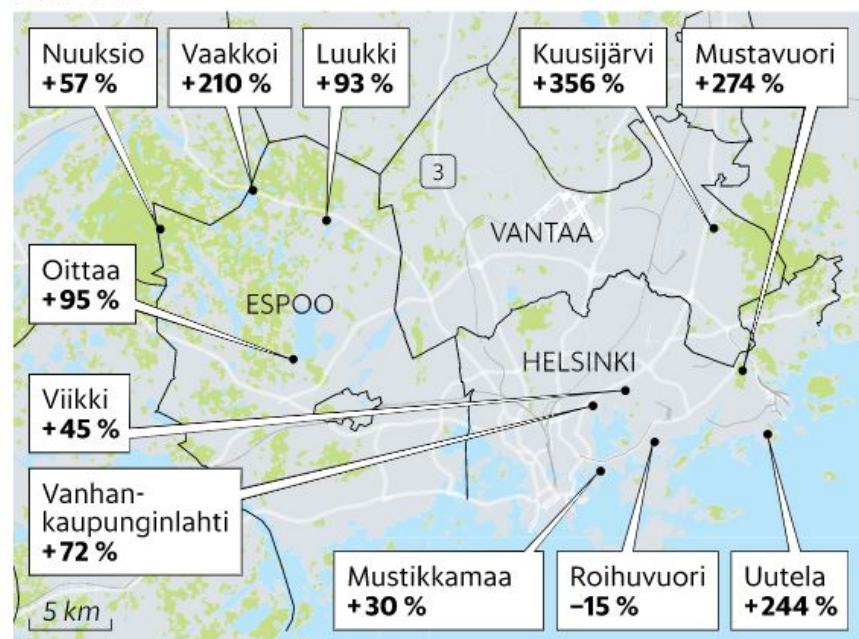


Esimerkkejä kasvaneesta ulkoilusta

Näin paljon väkimäärä toukokuun ensimmäisenä sunnuntaina muuttui

Prosentit kuvaavat muutosta samassa paikassa verrattuna vastaavaan aikaan vuonna 2019.

3.5.2020



Koonnut: MAIJA AALTO / HS, grafiikka: MINTTU LINJALA / HS, maps4news.com / © Here
Lähde: Telia

- Telian ja Helsingin Sanomien tekemän selvityksen mukaan pääkaupunkiseudun ulkoilualueiden väkimäärät edellisvuoteen nähden ovat paikoin kasvaneet jopa 200 - 300 % ([Maija Aalto HS, Julkaistu: 16.5. 18:09](#))
- Metsähallituksen kasvukeskusten saavutettavissa olevien kansallispuistojen ja suojelualueiden kävijämäärät ovat kasvaneet viime vuoteen verrattuna 38 - 301 prosenttia ([Metsähallitus, 25.5.2020](#)).
- Uudenmaan virkistysalueyhdistyksen Tuusulan Sarvikalliolla kävijämäärä on kasvanut maaliskoukokuussa n. 350 % verrattuna edellisvuoden vastaavaan aikaan (Tapio Lepikkö, UUVI, 1.6.2020).

Kuntien palvelut kuormittuneita

- Kaikkein suosituimpien virkistysalueiden taukopaikkoja (laavuja, tulipaikkoja, kuntoportaita, luontonähtävyyksiä) on jouduttu jopa sulkemaan.
- Parkkipaikat kohteissa ovat vilkkaimpina päivinä loppuneet kesken.
- Lähiliikuntapaikat kuten uimarannat, ulkokuntosalit, pelikentät, kuntoportaat ja skeittiparkit ovat olleet usein niin täynnä, etteivät kaupungit ole käytännössä pystyneet valvomaan hallituksen antamia kokoontumismääräyksiä.
- Ulkohuussit ovat täyttyneet ja polttopuun tarve on kasvanut aikaisempiin vuosiin nähden moninkertaisesti.



Kuva: Vantaan Kuusijärvi 31.5.2020 (Kokoontumismääräys: alle 10 henkilön kokoontumiset ovat sallittuja)

Toimintavinkit ja -ohjeita kasvaneeseen ulkoiluun



- Huoli vastuullisesta ulkoilusta on lisääntynyt:
 - Suomen Latu, Metsähallitus ja Suomen Uima- ja hengenpelastusliitto ovat pyrkineet auttamaan pandemian aikana ulkoilijoita julkaisemalla ulkoiluun liittyviä etikettejä.
 - Suomen Latu on mm. julkaissut kolmella kielellä vastuullisen ulkoilijan etiketin, joka otettiin erinomaisesti vastaan niin kunnissa kuin mediassakin.
 - Jokamiehen oikeus ja –vastuukysymykset ovat nousseet esille luonnossa liikkujien määrän kasvaessa.

Kestävän kehityksen ja ulkoliikunnan edistämiseksi on tärkeää, että kunnissa on tarjolla laadukkaita ulkoilureittejä ja tulipaikkoja vetovoimaisten luontokohteiden lähellä.

Kunta on tärkeä arkiulkoiluun kannnustaja, sillä kansallispuistot ja muut valtion maat ovat usein kaukana ja niissä käydään harvoin.



SUOMEN LATU

Arvio tulevaisuudesta

- Pandemian aikana on herännyt kysymys siitä, miten ulkoilun suosio jatkuu tulevaisuudessa?

Ulkoilijoiden määrä jää pysyvästi 20-30 % korkeammalle tasolle kuin ennen pandemiaa

- Osa ihmisistä on löytänyt pandemian aikana ulkoilun helppouden ja itselle sopivat ulkoilukohteet. He haluavat jatkaa ulkoilua myös tulevaisuudessa.
- Osa näistä ihmisistä haluaa pitää vielä etäisyyttä muihin peläten tautien leviämistä, ja ulkoilu antaa heille sopivan oman tilan liikkua.

-> + 200 M ulkoilukertaa vuodessa!

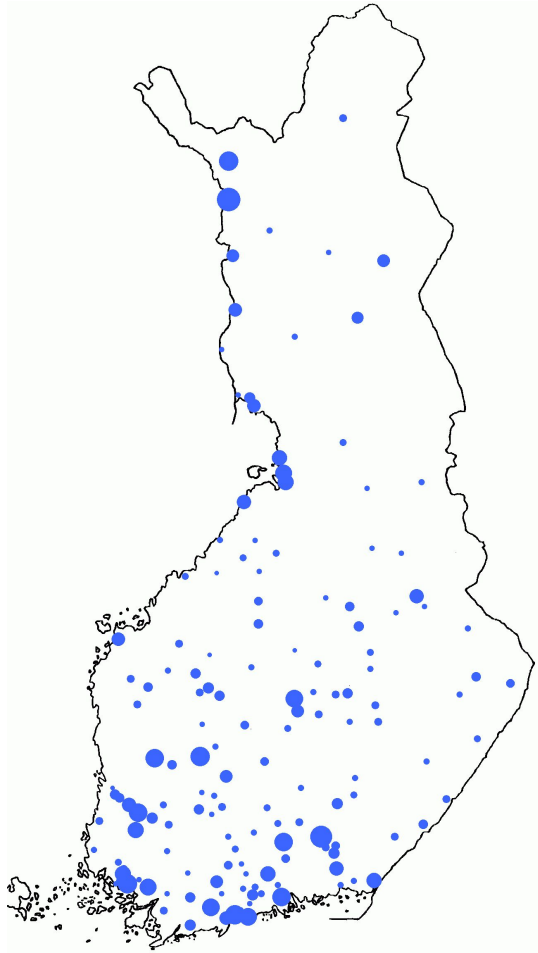
- Tämä tarkoittaa, että ulkoiluun ja virkistyskäyttöön kannattaa merkittävästi panostaa poikkihallinnollisesti tulevaisuudessa.

4. SUOMEN LADUN VAALITEEMAT KUNTAVAALEISSA



SUOMEN LATU

Miten toimimme kuntavaaleissa



- Suomen Ladulla on 185 jäsenyhdistystä, joista valtaosa toimii kunnallisesti. Esim. Järvenpään Latu, Vantaan Latu ja Polku
- Olemme valmistelleet 5 konkreettista kuntavaaliteemaa paikallisille yhdistyksille
 - ne ovat konkreettisia keinoja edistää ulkoilua ja luonnon virkistyskäyttöä
- Julkaisemme listan jäsenistämme, jotka ovat ehdokkaina, ilmoittaudu [täällä](#)

2. Kunnan strategiaan kirjataan, että se edistää asukkaidensa liikuntaa, ulkoilua ja viheralueiden käyttöä.

- Paras tapa edistää kuntalaisten ulkoilua, liikkumista ja aktiivista elämäntapaa on sisällyttää nämä kunnan strategiaan ja kehittää poikkihallinnollisesti yhdessä monen hallintokunnan kanssa.
- Kuntalaisten kuuleminen ja osallistaminen ulkoilua ja liikuntaa koskevaan päätöksentekoon on olennaista kysyntään vastaamiseksi.



3. Kunnan talviset reittiverkostot suunnitellaan huomioimaan hiihdon lisäksi myös muut ulkoilulajit.

- Kunnassa suunnitellaan keskeisten ulkoilualueiden talvinen reittiverkosto siten, että hiihdon lisäksi myös muiden ulkoilulajien harrastajilla on mahdollisuus liikkua alueella ilman ristiriitoja ja vastakkainasettelua.



4. Kunnostetaan virkistysranta ja rakennetaan laituri kunnan taajamiin

- Vesistöt houkuttelevat ulos kesällä ja talvella.
- Jokaiselle kuntalaiselle tulisi taata mahdollisuus päästä harrastamaan ulkoilua lähivesille ja -rannoille. Kunnan taajaman lähellä vesistö tehdään saavutettavaksi laitureiden ja rannan siistimisen avulla. Ne mahdollistavat mm. veden äärelle pääsyn, uimisen ja onkimisen.



5. Kolmas sektori elävöittää kunnan palveluja ja mahdollistaa mielekkään tavan tehdä vapaaehtoistyötä

- Kunta tunnistaa kolmannen sektorin järjestöt aitoina kumppaneina ja palvelun tarjoajina kuntalaisille.
- Kunta kokoaa oman alueen järjestöjä yhteen ja tarjoaa mahdollisuuksia verkostoitumiseen ja yhteistyöhön.



KIITOS!



SUOMEN LATU

www.suomenlatu.fi

Kysy lisää: anne.rautiainen@suomenlatu.fi