



## Suomi liikkeelle -ohjelman toimenpiteiden tarkastelu soveltavan liikunnan näkökulmasta

**Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä**

## Sisällysluettelo

Suomi liikkeelle -ohjelman toimenpiteiden tarkastelu soveltavan liikunnan näkökulmasta.....	1
1. Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä.....	3
2. Toimeksianto ja tehtävä .....	3
3. Fyysisen toimintakyvyn tilanne eri ikäluokissa.....	4
4. Hallitusohjelman 16 Suomi liikkeelle –toimenpidettä: .....	6
5. Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmän suositukset Suomi liikkeelle -ohjelmaan .....	7
6. Tarkennuksia toimenpide-ehdotuksiin .....	9
Toimenpide 1: Lisätään perusopetuslakiin liikunnallisen elämäntavan edistäminen. ....	9
Toimenpide 2: Tuetaan kasvatuksen ja opetuksen henkilöstöä työssään levittämään toimivimpia käytäntöjä. ....	9
Toimenpide 3: Kannustetaan kuntia laajentamaan Liikkuvat -ohjelma kaikkiin päiväkoteihin ja kouluihin.....	9
Toimenpide 7: Työssä jaksamista tuetaan ottamalla liikkuminen keskeiseksi osaksi työkyvyn ja työelämän kehittämistä.....	9
Toimenpide 8: Selvitetään työnantajien vaikuttavimmat keinot edistää työntekijöiden fyysistä aktiivisuutta yhteistyössä työterveyshuollon kanssa. ....	9
Toimenpide 9: Edistetään vanhusten toimintakykyä ja ehkäistään kaatumisia.....	9
Toimenpide 12: Vahvistetaan elintapaohjausta ja liikuntaneuvontaa kunnissa ja hyvinvointialueilla hyödyntäen samalla terveysteknologian mahdollisuuksia. ....	10
Toimenpide 14: Tuetaan perheiden liikunnan edistämistä. ....	10
Toimenpide 16: Lisätään neuvoloihin perheliikuntaneuvontaa.....	10
Toimenpide 17: Peruskoulun laajojen terveystarkastusten yhteydessä annetaan henkilökohtaista liikuntaneuvontaa ja ohjausta oppilaan Move! -tulosten perusteella. ....	10
Toimenpide 19: Kannustetaan kuntia kehittämään päiväkotien ja koulujen pihoja monipuolisiksi lähiliikuntapaikoiksi .....	10
Toimenpide 22: Vahvistetaan koulupäivien yhteydessä tapahtuvaa harrastamista. ....	10
Toimenpide 23: Kokeillaan koulupäivän jälkeisen liikunnan harrastamisen erilaisia toteutustapoja, kuten harrasteseteliä.....	10
Toimenpide 24: Kokeilujen / Tulosten perusteella toimivimmat käytännöt vakiinnutetaan osaksi Suomen harrastamisen mallia. ....	11
Toimenpide 25: Päivitetään kävelyn ja pyöräilyn edistämisohjelma. ....	11
Toimenpide 26: Erityisesti turvallisiin koulureitteihin sekä liikuntamahdollisuuksien lisäämiseen kiinnitetään huomiota. ....	11
Toimenpide 27: Maankäytön lainsäädäntöä uudistettaessa huomioidaan liikkumisen edistäminen.....	11
Toimenpide 32: Vahvistetaan liikuntaosaamista eri koulutusaloilla, kuten sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kasvatusaloilla. ....	11
Toimenpide 33: Liikunnan ja terveyden edistäminen huomioidaan poikkihallinnollisesti kuntien ja hyvinvointialueiden strategioissa. ....	11
Lähteet: .....	12

## 1. Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä

Liikuntatieteellinen Seura edistää soveltavaa liikuntaa koordinoimalla valtakunnallisesti alan tutkimusta ja koulutusta. LTS on koordinoanut Soveltavan liikunnan koulutus- ja tutkimustyöryhmää vuodesta 2016 alkaen. Vuodesta 2024 lähtien työryhmä toimii nimellä Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä. Työryhmä toimii yhteistyössä valtion liikuntaneuvoston ennakointi-, tulevaisuus- ja yhdenvertaisuusjaoston (ent. yhdenvertaisuus-, tasa-arvo-, ja kestävän kehityksen jaosto) kanssa.

### Työryhmän jäsenet 2024–2027:

- pääsihteeri **Toni Piispanen**, opetus- ja kulttuuriministeriö, työryhmän puheenjohtaja
- johtava asiantuntija **Piritta Asunta**, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes, varapuheenjohtaja
- toiminnanjohtaja **Katja Borodulin**, Ikäinstituutti (varajäsen erityisasiantuntija Heli Starck, Ikäinstituutti)
- erikoistutkija **Susan Eriksson**, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu
- tilastotutkija **Marja Holm**, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
- lehtori **Terhi Huovinen**, Jyväskylän yliopisto
- lehtori **Kati Karinharju**, Satakunnan Ammattikorkeakoulu
- kehittämisspäällikkö **Sari Kivimäki**, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes
- järjestöjohtaja **Sari Kokko**, Näkövammaistenliitto
- erikoistutkija **Kaisu Mononen**, Huippu-urheilun instituutti
- yliopistontutkija, dosentti **Kwok Ng**, Itä-Suomen yliopisto
- liikuntatieteen erityisasiantuntija **Vilja Prinkey**, Liikuntatieteellinen Seura ry
- liikunnanopettaja, asiantuntija **Virpi Remahl**, Liikuntakeskus Pajulahti
- tutkimusspäällikkö **Aija Saari**, Suomen Paralympiakomitea
- soveltavan liikunnan asiantuntija **Riikka Roitto**, Liikuntatieteellinen Seura ry, työryhmän sihteeri

## 2. Toimeksianto ja tehtävä

Suomi liikkeelle -ohjelman sihteeristö on pyytänyt Soveltavan liikunnan valtakunnalliselta tutkimus- ja kehittämistyöryhmältä näkemyksiä ja toimenpide-ehdotuksia siitä, miten soveltava liikunta sisältyy Suomi Liikkeelle -ohjelmaan. Tutkimus- ja kehittämistyöryhmä on valtuuttanut alatyöryhmän (Katja Borodulin, Ikäinstituutti, Sari Kokko, Näkövammaistenliitto, Toni Piispanen, Valtion liikuntaneuvosto, Vilja Prinkey ja Riikka Roitto, Liikuntatieteellinen Seura, sekä Aija Saari, Suomen Paralympiakomitea) valmistelemaan alla olevan tarkastelun toimenpide-ehdotuksineen.

Hallituksen käynnistämän poikkihallinnollisen ja valtioneuvostotasaisen Suomi liikkeelle -ohjelman tavoitteena on kääntää liikkuminen kasvuun jokaisessa ikäryhmässä. Suomi liikkeelle -ohjelman tavoitteiden toteutumiseksi on ensiarvoisen tärkeää huomioida toimintarajoitteinen väestö, ja miten heidän liikkumistaan voidaan edistää. Toimintarajoitteisia Suomessa on arvioitu olevan noin 15 prosentilla väestöstä. Kyseessä on merkittävä vähemmistö. YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimuksen ja yhdenvertaisuuslain (1325/2014) mukaan vammaisten ja toimintarajoitteisten henkilöiden osallistuminen yleisesti tarjolla oleviin palveluihin tulee olla mahdollista, mutta tarvittaessa tulee tehdä kohtuullisia mukautuksia ja heille tulee osoittaa kohdennettuja palveluja osallistumisen varmistamiseksi. Liikuntalain (390/2015) tavoitteena on muun muassa edistää eri väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa sekä vähentää eriarvoisuutta liikunnassa. Tästä huolimatta oikeudet toteutuvat vammaisten henkilöiden arjessa vaihtelevasti.

Tässä toimeksiannossa käytetään termejä toimintarajoitteinen ja vammainen henkilö. Toimintarajoitteisella henkilöllä toimintarajoitteet voivat olla pysyviä tai tilapäisiä ja ne voivat olla fyysisiä, kognitiivisia, psyykkisiä tai sosiaalisia. Vammainen henkilö on henkilö, jolla on vamman tai sairauden takia pitkäaikaisia vaikeuksia suoriutua tavanomaisista elämän toiminnoista.<sup>1</sup>

Suomalaiseen liikuntakulttuuriin liittyy edelleen paljon kehitettävää yhdenvertaisuuden näkökulmasta. Kehittämistarpeet näkyvät esimerkiksi siinä, että monet vähemmistöryhmät ovat aliedustettuina liikunnan ja urheilun harrastamisessa ja päätöksenteossa, ovat tyytymättömämpiä liikuntapalveluihin sekä harrastavat muuta väestöä vähemmän liikuntaa. Samalla useat toimintarajoitteiset henkilöt toivoisivat voivansa liikkua vapaa-ajalla enemmän.<sup>2</sup> Lisäksi kiusaaminen, syrjintä ja muun epäasiallinen kohtelu ovat melko yleisiä ilmiöitä liikunta- ja urheiluharrastuksissa: esimerkiksi lapsista ja nuorista lähes kolmannes on kokenut joskus tai usein liikuntaharrastuksessa kiusaamista, syrjintää tai muuta epäasiallista käytöstä.

### 3. Fyysisen toimintakyvyn tilanne eri ikäluokissa

Toimintakyky tarkoittaa ihmisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista, kuten vapaa-ajasta ja harrastuksista elinympäristössään. Fyysisellä aktiivisuudella ja liikunnalla voidaan edistää kaikkia toimintakyvyn osa-alueita, mutta seuraavassa keskitytään fyysisen toimintakyvyn vahvistamiseen.

Varhaiskasvatusikäisten tukea tarvitsevien lasten askelmäärissä ei ollut eroa verrattuna tukea tarvitsemattomiin lapsiin PILO-tutkimuksessa. Kuitenkin tukea tarvitseville lapsille kertyi enemmän paikallaanoloaikaa kuin tukea tarvitsemattomille.<sup>3</sup>

**Oppilaista 38 prosentilla 5. ja 8. luokkalaisista fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla syksyn 2023 Move! mittausten mukaan.** Oppilaiden fyysinen toimintakyky on huolestuttavalla tasolla etenkin kestävyys- ja lihaskunnon sekä liikkuvuuden osalta. Valtakunnallinen tilanne on pysynyt edellisvuoden tasolla, ja muutokset edelliseen vuoteen ovat pieniä. Toimintakyvyssä on kuitenkin merkittävää vaihtelua sekä kuntien että hyvinvointialueiden välillä. Lisäksi maaseutumaisissa kunnissa oli kaupunkimaisia kuntia enemmän oppilaita, joiden fyysinen toimintakyky oli tasolla, joka voi vaikeuttaa arjessa jaksamista. Mittauksiin osallistuu vuosittain reilut 50 000 ikäluokan oppilasta, joista sovellettuina Move! mittauksia tehdään pari sataa.<sup>4</sup>

**Liitu 2023 tutkimuksen mukaan melkein neljännes (23 %) 7–15-vuotiaista lapsista ja nuorista raportoi kokevansa toimintarajoitteita.** Tytöt kokivat toimintarajoitteita poikia useammin. Toimintarajoitteita raportoineilla lapsilla ja nuorilla myös itseraportoitu liikunta-aktiivisuus oli vähäisempää kuin lapsilla ja nuorilla, jotka eivät raportoineet toimintarajoitteita. Toimintarajoitteisissa lapsissa ja nuorissa oli päivittäin vähintään tunnin liikkuvia 9 prosenttiyksikköä vähemmän verrattuna lapsiin ja nuoriin, joilla ei ole toimintarajoitetta (23 % vs. 32 %).<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Liikuntatieteellinen Seura & Sanastokeskus. 2023. [Soveltavan liikunnan ja paraurheilun sanasto.](#)

<sup>2</sup> Ala-Vähälä ym. Liikkujakysely. Teoksessa Prinkey, V. & Roitto, R. (toim.) 2024. [Liikuttaako 2023? - Toimintarajoitteisille henkilöille suunnatun Liikkuajakyselyn ja Seura- ja yhdistyskyselyn raportti.](#) Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä 26.

<sup>3</sup> Mehtälä ym. 2024. [Pienten lasten liikunnan ilo, fyysinen aktiivisuus ja motoriset taidot Suomessa: Piilo-tutkimuksen tuloksia 2023.](#) Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja: 2024:10.

<sup>4</sup> Opetushallitus. 2023. [Move! mittaustulokset 2023.](#)

<sup>5</sup> Ng ym. 2023. Toimintarajoitteisten lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa Kokko, M. & Martin, L. (toim.) 2023. [Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa – LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022.](#) Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. 113–120.

Yläkouluikäisistä 8.- ja 9. luokkalaisista 8 prosentilla, ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 7 prosentilla ja lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 5 prosentilla oli Kouluterveyskyselyssä<sup>6</sup> itse raportoituna paljon vaikeuksia nähdä, kuulla tai kävellä.

**Lukiolaisista 18 prosenttia koki vakavia toimintarajoitteita eri osa-alueilla.** Naisopiskelijat kokivat toimintarajoitteita enemmän kuin miehet. Lukioissa toimintarajoitteisista nuorista 33 prosenttia oli vähän liikkuvia (liikkuivat vähintään tunnin 0–2 päivänä viikossa). Vain noin 11 prosenttia lukiolaisista, jotka kokivat toimintarajoitteita, liikkuivat päivittäin vähintään tunnin (toimintarajoitteita kokemattomista/vammattomista nuorista 14 %)<sup>7</sup>.

**Ammattioppilaitosten opiskelijoista 16 prosentilla oli yksi toimintarajoite ja 10 prosentilla kaksi tai enemmän.** Ammattioppilaitosten opiskelijoista vakavia toimintarajoitteita kokivat enemmän naiset kuin miehet. Ammatillisten oppilaitosten toimintarajoitteita kokevista opiskelijoista noin 39 prosenttia oli vähän liikkuvia (liikkui 0–2 päivänä viikossa) ja 9 prosenttia liikkui päivittäin.<sup>8</sup> Ammattiin opiskelevien kuntoindeksiin (mitattu kunto) mukaan huonokuntoisia olivat miehistä 24 prosenttia ja naisista 32 prosenttia.<sup>9</sup>

**Varusmiesten kehon paino on noussut ja aerobinen kunto heikentynyt viimeisten vuosikymmenten aikana.** Varusmiesten kehon keskipaino on noussut vajaassa 30 vuodessa (1993–2021) 70,8 kilosta 78,7 kiloon. Kestävyyksunnon osalta varusmiesten palveluksen alussa suorittaman 12 minuutin juoksutestin keskiarvo vuonna 2021 oli 2 376 metriä. Tulos oli mittaushistorian toiseksi huonoin (2 358 m / vuonna 2019). Lihaskunnoltaan hyväkuntoisten osuus on hieman laskenut viime vuosina ja heikkokuntoisten osuus kasvanut. Kiitettävien ja hyvien tulosten osuus vuonna 2021 oli noin 33 prosenttia ja heikkojen tulosten osuus noin 23 prosenttia.<sup>10</sup>

**Työikäisestä väestöstä (20–64-vuotiaat) noin 31 prosentilla oli toimintarajoitteita terveysongelman vuoksi vuonna 2022.** Toimintarajoitteet olivat yleisempiä naisilla kuin miehillä (33 % vs. 28 %). Terveysongelman vuoksi toimintarajoitteita kokevien osuus yleistyi iän myötä: 20–39-vuotiaista reilulla neljänneksellä oli toimintarajoite, kun 55–64-vuotiaista jo lähes 40 prosentilla.<sup>11</sup> Jos taas tarkastellaan toimintarajoitteisten määrää sen perusteella, kokeeko ihminen yhdessä kuudesta perustoiminnossa (näkeminen, kuuleminen, käveleminen/portaiden kulkeminen, muistaminen/keskittyminen, itsestä huolehtiminen ja kommunikointi) paljon vaikeuksia tai jotka eivät kykene toimintaan ollenkaan, toimintarajoitteisten määrä laskee. Näin tarkasteltuna toimintarajoitteisia oli 35–49-vuotiaissa 6 prosenttia ja 50–64-vuotiaista 12 prosenttia vuonna 2022.<sup>12</sup> Toimintarajoitteiset aikuiset harrastavat vapaa-ajan liikuntaa harvemmin kuin muu väestö.<sup>12</sup>

Aikuisväestöstä puolen kilometrin kävelystä 20–54-vuotiaista naisista ja miehistä vain muutama prosentti kokee suuria vaikeuksia tai ei suoriudu lainkaan puolen kilometrin kävelystä ja 55–74-vuotiaista alle joka kymmenes. Fyysisesti vaativammassa, noin 100 metrin juoksussa, alkoi jo ilmetä ongelmia. Noin 100 metrin juoksu onnistuu vaikeuksitta edelleen valtaosalta 20–39-vuotiaista), mutta 65–74-vuotiaiden ikäryhmässä lähes joka neljäs mies ja joka kolmas nainen koki siinä suuria vaikeuksia tai ei kyennyt siihen lainkaan.<sup>11</sup> Aikuisväestöstä vajaalla 6 prosentilla miehistä ja reilulla 8 prosentilla naisista oli suuria vaikeuksia kävellä 500 m matka TerveSuomi tutkimuksessa. Osuudet kasvoivat iän myötä, yli 75 vuotiaista miehistä jo 22 prosentilla ja naisista jopa 30 prosentilla oli suuria vaikeuksia kävellä 500 m

<sup>6</sup> Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2021. [Kouluterveyskysely 2021](#).

<sup>7</sup> Ng ym. 2021. Toimintarajoitteita kokevien opiskelijoiden liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa Kokko, S. ym. (toim.): [Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020](#). Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2021:1. Valtion liikuntaneuvosto 2021.

<sup>8</sup> Sainio ym. 2018. Toimintarajoitteet terveysongelman vuoksi. Teoksessa Koponen, P. ym.: [Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa – FinTerveys 2017 -tutkimus](#). Raportti 4/2018. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2018.

<sup>9</sup> [Liikkuva opiskelu 2022](#).

<sup>10</sup> Puolustusvoimat. 2023. [Varusmiespalveluksen aloittavien miesten fyysisen toimintakyvyn tilastot 1975–2023](#).

<sup>11</sup> Sainio ym. 2023. Toimintarajoitteet terveysongelman vuoksi. Toiminta- ja työkyky verkkojulkaisussa [Terve Suomi -työryhmä \(2023\). Terve Suomi-tutkimuksen 2022–2023 perustulokset](#).

<sup>12</sup> Nurmi-Koikkalainen ym. 2017. [Tieto ja tietotarpeita vammaisuudesta – analyysia THL:n tietotuotannosta](#). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos – Työpöytäpaperi 38/2017.

matka.<sup>11</sup> Lisäksi keskustelun kuulemisen suuria vaikeuksia oli 3 prosentilla ja sanomalehden lukemisessa 2 prosentilla aikuisväestöstä.<sup>13</sup>

**Ikääntyneiden toimintakyky heikentyy monilla mittareilla 80 ikävuoden jälkeen.** Vielä reilut 80 prosenttia 60–69-vuotiaista ja reilut kaksi kolmesta 70–79-vuotiaasta selviää vaikeuksitta 500 metrin kävelystä, mutta 80 vuotta täyttäneistä miehistä vajaat puolet ja naisista enää vajaa kolmasosa<sup>14</sup>. 75-vuotta täyttäneistä toimintarajoitteita terveysongelman vuoksi oli noin 51 prosentilla vuonna 2022.<sup>11</sup>

Seuraavien parin vuosikymmenen aikana ikääntyneen väestön määrä Suomessa kasvaa merkittävästi. Kahden seuraavan vuosikymmenen aikana 80 vuotta täyttäneiden lukumäärä kaksinkertaistuu nykyisestä noin 315 000 henkilöstä yli 600 000 henkilöön. Ikääntyneiden määrän kasvu lisää väistämättä myös toimintarajoitteisten ihmisten/henkilöiden määrä Suomessa.

#### 4. Hallitusohjelman 16 Suomi liikkeelle –toimenpidettä<sup>15</sup>:

1. Vahvistetaan liikuntaosaamista eri koulutusaloilla, kuten sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kasvatusaloilla.
2. Liikunnan ja terveyden edistäminen huomioidaan poikkihallinnollisesti kuntien ja hyvinvointialueiden strategioissa. Vahvistetaan elintapaohjausta ja liikuntaneuvontaa kunnissa ja hyvinvointialueilla hyödyntäen samalla terveysteknologian mahdollisuuksia. Arvioidaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen tarkoitettujen rahoituksen kohdentumista kunnissa ja hyvinvointialueilla.
3. Tuetaan perheiden liikunnan edistämistä. Sisällytetään pallo äitiyspakkaukseen ja lisätään neuvoloihin perheliikuntaneuvontaa.
4. Kannustetaan kuntia kehittämään päiväkotien ja koulujen pihoja monipuolisiksi lähiliikuntapaikoiksi. Kannustetaan kuntia mahdollistamaan tilojensa käyttö nykyistä laajemmin eri opiskelijajärjestöjen urheilutoiminnassa.
5. Vahvistetaan päiväkotien ja koulupäivien sekä koulumatkojen liikunnallistamista sekä koulupäivien yhteydessä tapahtuvaa harrastamista.
6. Lisätään perusopetuslakiin liikunnallisen elämäntavan edistäminen. Tuetaan kasvatuksen ja opetuksen henkilöstöä työssään levittämällä toimivimpia käytäntöjä. Kannustetaan kuntia laajentamaan Liikkuvat-ohjelma kaikkiin päiväkoteihin ja kouluihin.
7. Kokeillaan koulupäivän jälkeisen liikunnan harrastamisen erilaisia toteutustapoja, kuten harrasteseteliä. Tulosten perusteella toimivimmat käytännöt vakiinnutetaan osaksi Suomen harrastamisen mallia.
8. Peruskoulun laajojen terveystarkastusten yhteydessä annetaan henkilökohtaista liikuntaneuvontaa ja -ohjausta oppilaan Move! -tulosten perusteella.

<sup>13</sup> Holm. 2024. Erillinen tietopyyntö Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, ei julkaistu.

<sup>14</sup> Borodulin & Wennman. 2019. [Aikuisväestön liikunta Suomessa – FinTerveys 2017 -tutkimus](#). Tilastoraportti 48/2019, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.

<sup>15</sup> [Vahva ja välittävä Suomi – pääministeri Petteri Orpon hallitusohjelma \(2023\)](#)

9. Selvitetään toisen asteen koulutuksessa liikunnan lisäämistä jokaviikkoiseksi oppiaineeksi. Edistetään kaikkien korkeakoulujen hakeutumista Liikkuva opiskelu -ohjelmaan.
10. Liikunnan ja toimintakyvyn edistäminen lisätään osaksi kutsuntojen sisältöä.
11. Työssä jaksamista tuetaan ottamalla liikkuminen keskeiseksi osaksi työkyvyn ja työelämän kehittämistä. Selvitetään työnantajien vaikuttavimmat keinot edistää työntekijöiden fyysistä aktiivisuutta yhteistyössä työterveyshuollon kanssa.
12. Päivitetään kävelyn ja pyöräilyn edistämishjelma. Erityisesti turvallisiin koulureitteihin sekä liikuntamahdollisuuksien lisäämiseen kiinnitetään huomiota. Maankäytön lainsäädäntöä uudistettaessa huomioidaan liikkumisen edistäminen. Osana MAL-sopimusmenettelyä edistetään kävelyä ja pyöräilyä.
13. Edistetään luonnon virkistyskäyttöä sekä luontomatkailua. Uudistetaan ulkoilulaki huomioiden omaisuuden suoja. Tunnistetaan muun muassa metsästyksen, erätoiminnan sekä lemmikkieläinten merkitys liikunnan lisäämisessä.
14. Selvitetään ja arvioidaan mahdollisuuksia liikunnan tukemiseen verotuksen keinoin. Selkiytetään liikunta-alan toimijoiden arvonlisäverokohtelua liikkumiseen kannustavaksi.
15. Edistetään vanhusten toimintakykyä ja ehkäistään kaatumisia. Selvitetään mahdollisuus taata subjektiivinen ulkoiluoikeus ikääntyneille. Otetaan käyttöön Sitran esittämä kotitalousvähennys, jolla edistetään yli 75-vuotiaiden toimintakykyä ja kotona pärjäämisen edellytyksiä liikunta- ja kuntoutuspalveluiden hankkimista helpottamalla.
16. Tunnistetaan liikunta-alan yrittäjien mahdollisuudet toimia osana palvelutuotantoa.

## 5. Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmän suositukset Suomi liikkeelle -ohjelmaan

Soveltavan liikunnan valtakunnallinen tutkimus- ja kehittämistyöryhmä on perehtynyt Suomi liikkeelle -ohjelman tavoitteisiin ja toimenpiteisiin toimintarajoitteisten, vammaisten ja pitkäaikaissairaiden fyysisen aktiivisuuden edistämisen näkökulmasta. Työryhmä ehdottaa seuraavien laajempien aihekokonaisuuksien huomioimista koko Suomi liikkeelle -ohjelman toteutuksessa:

- 1) **Suomi liikkeelle -ohjelman toimenpiteiden toteuttamisen lähtökohdaksi kirjataan yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistämisen lisäksi kaksoisstrategia.** YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevaan yleissopimukseen ja yhdenvertaisuuslakiin (1325/2014) nojaten, vammaisten ja toimintarajoitteisten henkilöiden osallistuminen yleisesti tarjolla oleviin palveluihin tulee olla mahdollista, mutta tarvittaessa tulee tehdä kohtuullisia mukautuksia ja heille tulee osoittaa kohdennettuja toimenpiteitä ja palveluja osallistumisen varmistamiseksi.
- 2) **Liikunta- ja liikkumisvaikutusten arviointi<sup>16</sup> otetaan osaksi vammaispalvelujen myöntökäytäntöjä.** Suomi liikkeelle -ohjelman toimenpiteissä ei löydy mainintoja liikkumisen mahdollistavista vammaispalveluista, kuten

---

<sup>16</sup> [Valtion liikuntaneuvosto 2022.](#)

apuvälineistä, henkilökohtaisista avustajista sekä kuljetuspalveluista. Näillä tukitoimilla on merkittävä vaikutus vammaisten henkilöiden vapaa-ajan liikkumisen ja liikunnan harrastamisen toteutumiseen.

On tarpeen toteuttaa hanke, jossa muutamalla hyvinvointialueella pilotoitaisiin liikunta- ja liikkumisvaikutusten arviointia osana vammaispalveluiden myöntämiskriteerejä ja seurattaisiin tämän vaikutusta vammaisten henkilöiden vapaa-ajan liikkumiseen ja liikunnan harrastamiseen pitkällä aikavälillä.

- 3) **Kehitetään yhteistyötä hyvinvointialueiden ja kuntien välillä niin, että jokaisella ihmisellä on mahdollisuus asioida jouhevasti sektoreiden ja erilaisten palvelujen välillä.** Varmistetaan, että soveltava liikunta huomioidaan yhdyspinoilla, ja myös erilaisten kuntoutuspalveluiden asiakkaat pääsevät hyödyntämään elintapaohjausta ja liikuntaneuvontaa. Tähän on tarjolla myös soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämissuositukseen koottuja konkreettisia toimenpide-ehdotuksia.
- 4) **Selvitetään, millaisia liikunnan edistämisen sekä soveltavan liikunnan sisältöjä on mukana kasvat- ja koulutusalan ammattilaisten koulutuksessa.** Valtion liikuntaneuvosto julkaisi selvityksen sosiaali- ja terveysalan terveyttä edistävän liikkumisen ja liikunnan koulutussisällöistä vuonna 2023. Vastaava raportti tulisi laatia myös koulutus- ja kasvatustieteiden ammattilaisten koulutuksesta. Tutkimuksessa tulisi huomioida myös soveltava liikunta.

Liikunnallisen elämäntavan edistämisen ja kasvatuksen kokonaisuudessa tulee jatkossa ottaa huomioon erilaisten liikkujien tuen tarve ja soveltava liikunta. Tulevaisuuden kasvatustieteiden, koulutus-, liikunta- ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla tulee ammattiin valmistuessaan olla tietotaitoa ja osaamista liikunnallisen elämäntavan ylläpitämisestä ja fyysisestä kunnosta huolehtimisesta osana ihmisen elämäntapaa. Oppisisällöt antavat samalla valmiuksia ammattilaisten omasta fyysisestä kunnosta ja hyvinvoinnista huolehtimiseen. Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä on koontanut soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämissuositukseen konkreettisia toimenpiteitä liittyen koulutukseen ja osaamiseen.<sup>17</sup>

- 5) **Toteutetaan kohdennettu Suomi Liikkeelle -avustushaku toimintarajoitteisten, vammaisten ja pitkäaikaissairaiden henkilöiden liikkumisen edistämiseksi uusien toimivien innovaatioiden avulla.** Innovaatioiden painopisteenä on kuntien, hyvinvointialueiden ja yhdistysten välinen yhteistyö. (Kts. myös kohdat 4. ja 6.)
- 6) **Rakennetussa ympäristössä varmistetaan esteettömyyden ja saavutettavuuden toteutuminen huomioiden erilaiset aistivammat sekä turvallisuus.** Kaikkien aistivammojen huomioiminen sisältyy jo sellaisenaan nykyisiin ohjeistuksiin, mutta turvallisuus tulee uutena näkökulman myös huomioida. Kaikkien rakennetun ympäristön Suomi Liikkeelle -toimenpiteiden tulee noudattaa rakennetun ympäristön suunnittelun ohjeita kaikille sopivasta ympäristöstä.<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> [Liikuntatieteellinen Seura 2023.](#)

<sup>18</sup> [Ympäristöministeriö 2024.](#)



## 6. Tarkennuksia toimenpide-ehdotuksiin

Seuraavassa tutkimus- ja kehittämistyöryhmä kommentoi eräitä Suomi Liikkeelle -ohjelman toimenpide-ehdotuksia täydentäen niitä huomioimaan toimintarajoitteiset henkilöt.

### Toimenpide 1: Lisätään perusopetuslakiin liikunnallisen elämäntavan edistäminen.

- Tehdään selvitys koululiikunnasta pois jäämisestä, kuten vapauttamisen syistä ja käytännöistä, tai henkilökohtaisen opetuksen järjestämisen koskevien suunnitelmien kirjauksista (HOJKS).

### Toimenpide 2: Tuetaan kasvatuksen ja opetuksen henkilöstöä työssään levittämään toimivimpia käytäntöjä.

- Liikunnan ja liikkumisen edistämisen sisältöjä tulee sisältyä jokaisen liikunta-, kasvatus-, opetus- ja sote-alan oppilaitoksen opetussuunnitelmiin, jotta toimintarajoitteisten henkilöiden liikkumisen erityispiirteet osataan huomioida ammattilaisten työssä.
- Toimintarajoitteisten liikkumista tukevaa täydennyskoulutusta (kuten verkko-opinnot) tulee olla saatavilla matalalla kynnyksellä, molemmilla kotimaisilla kielillä sekä selkokielellä, viittomakielellä että saamen kielellä.

### Toimenpide 3: Kannustetaan kuntia laajentamaan Liikkuvat -ohjelma kaikkiin päiväkoteihin ja kouluihin.

- Liikkuvat ohjelmissa on sisään kirjattuna erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten tukeminen ja ohjaaminen.

### Toimenpide 7: Työssä jaksamista tuetaan ottamalla liikkuminen keskeiseksi osaksi työkyvyn ja työelämän kehittämistä.

- Tuetaan työnantajien osallistumista Liikkuva Aikuinen -ohjelmaan ja toteuttamaan niitä toimenpiteitä, jotka tukevat esim. vammaisten ja osatyökykyisten työntekijöiden työssä pysymistä.

### Toimenpide 8: Selvitetään työnantajien vaikuttavimmat keinot edistää työntekijöiden fyysistä aktiivisuutta yhteistyössä työterveyshuollon kanssa.

- Osana selvitystä tulee erityisesti tunnistaa aiempaa paremmin toiminta- ja työkyvyltään heikentyvien riskiryhmä ja löytää vaikuttavimmat keinot heidän fyysisen aktiivisuutensa edistämiseksi (ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen).

### Toimenpide 9: Edistetään vanhusten toimintakykyä ja ehkäistään kaatumisia.

- Kannustetaan kuntia ja hyvinvointialueita hakeutumaan Ikiliikkuja-toimintaan tai Voimaa vanhuuteen - ohjelmiin (kuten toimenpidekohdassa 3.).
- Mahdollistetaan toimintakyvyltään heikentyneiden iäkkäiden parissa toimivien ammattilaisten ja vertaisten osaaminen liikunnan ohjaamiseen ja kaatumisten ehkäisyyn. Huomioidaan myös aistivammojen (kuten kuulo- ja näkövamma) vaikutus toimintakykyyn (esim. tasapainoon ja itsenäiseen liikkumiseen).
- Mahdollistetaan iäkkäiden kaatumisten ehkäisy tarjoamalla voima- ja tasapainoharjoitteluryhmiä sekä varmistamalla kuljetuspalvelut liikuntapaikkoihin.

Toimenpide 12: Vahvistetaan elintapaohjausta ja liikuntaneuvontaa kunnissa ja hyvinvointialueilla hyödyntäen samalla terveysteknologian mahdollisuuksia.

- Varmistetaan toimintarajoitteisten henkilöiden ohjautuminen sotepalveluiden asiakkuudesta elintapaohjaukseen ja liikuntaneuvontaan kuntien palveluihin (kts. aihekokonaisuus nro 3 ylhäällä).
- Huolehditaan terveysteknologiaa kehitettäessä palveluiden saavutettavuus.
- Varmistetaan elintapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan ammattilaisten riittävä osaaminen toimintarajoitteisten kohderyhmien osalta, kuten vammaisten ja iäkkäiden erityistarpeet toimintakyvyn säilymisessä ja käyttäytymisenmuutosmallin soveltamisessa.

Toimenpide 14: Tuetaan perheiden liikunnan edistämistä.

- Selvitetään Liikkuva Perhe -ohjelmassa perheille suunnatun liikuntaneuvonnan mahdollisuuksia tilanteissa, joissa perheessä on toimintarajoitteisia henkilöitä.

Toimenpide 16: Lisätään neuvoloihin perheliikuntaneuvontaa.

- Tunnistetaan perheliikuntaneuvonnan palveluketjun ongelmakohdat (liittyy toimenpidekohtaan 14). Tunnistetaan perheliikuntaneuvonnan erityispiirteet, kun perheeseen kuuluu toimintarajoitteinen tai vammainen perheenjäsen (lapsi tai aikuinen).

Toimenpide 17: Peruskoulun laajojen terveystarkastusten yhteydessä annetaan henkilökohtaista liikuntaneuvontaa ja ohjausta oppilaan Move! -tulosten perusteella.

- Selvitetään sovellettujen Move! mittausten käyttö ja kehittämistarpeet. Kootaan tietoa, kuinka paljon ja missä tilanteissa soveltamista käytetään, ja miten sovelletut mittaukset saavuttavat toimintarajoitteiset oppilaat.
- Kehitetään Move! -tulosten hyödyntämistä liikkumisen puheeksi ottamisessa myös toimintarajoitteisten oppilaiden kohdalla.

Toimenpide 19: Kannustetaan kuntia kehittämään päiväkotien ja koulujen pihoja monipuolisiksi lähiliikuntapaikoiksi

- Ohjataan rahoituksella kuntia kehittämään olemassa olevia lähiliikuntapaikkoja esteettömiksi perusparannuksien yhteydessä.
- Kts. aihekokonaisuus nro 6 ylhäällä

Toimenpide 22: Vahvistetaan koulupäivien yhteydessä tapahtuvaa harrastamista.

- Tuetaan toimintarajoitteisten oppilaiden yhdenvertaista osallistumista koulupäivien yhteydessä tapahtuvaan harrastamiseen varmistamalla kuljetusten joustavuus, avustajien saatavuus, ja harrastamisesta vastaavien ohjaajien osaaminen.
- Ohjataan Harrastamisen Suomen mallin rahoituksella kuntia tuottamaan palveluita siten, että toimintarajoitteiset oppilaat voivat halutessaan valita kaikille yhteisiä tai heille kohdennettuja harrastuspalveluja (kaksoisstrategia).

Toimenpide 23: Kokeillaan koulupäivän jälkeisen liikunnan harrastamisen erilaisia toteutustapoja, kuten harrasteseteliä.

- Pilotoidaan harrastesetelin käyttöä myös yksityisten palveluntuottajien kanssa kohdentamalla kokeilu toimintarajoitteisten oppilaiden palveluiden hankintaan.
- YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimuksen mukaisesti tarjotaan mahdollisuus osallistua sekä yleiseen että kohdennettuun toimintaan.

Toimenpide 24: Kokeilujen / Tulosten perusteella toimivimmat käytännöt vakiinnutetaan osaksi Suomen harrastamisen mallia.

- Kokeiluissa arvioidaan kaksoisstrategian, esteettömyyden ja saavutettavuuden toteutumista, sekä vammaispalvelujen (kuljetus, avustaja, apuvälineet) vaikutuksia osallistumisen edistämiseksi.

Toimenpide 25: Päivitetään kävelyn ja pyöräilyn edistämishjelma.

- Kts. aihekokonaisuus nro 6 ylhäällä

Toimenpide 26: Erityisesti turvallisiin koulureitteihin sekä liikuntamahdollisuuksien lisäämiseen kiinnitetään huomiota.

- Kts. aihekokonaisuus nro 6 ylhäällä

Toimenpide 27: Maankäytön lainsäädäntöä uudistettaessa huomioidaan liikkumisen edistäminen.

- Kts. aihekokonaisuus nro 6 ylhäällä

Toimenpide 32: Vahvistetaan liikuntaosaamista eri koulutusaloilla, kuten sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kasvatusaloilla.

- Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä on koonnut soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämissuosituksiin<sup>17</sup> konkreettisia toimenpiteitä liittyen koulutukseen ja osaamiseen.
- Kts. aihekokonaisuus nro 4 ylhäällä

Toimenpide 33: Liikunnan ja terveyden edistäminen huomioidaan poikkihallinnollisesti kuntien ja hyvinvointialueiden strategioissa.

- Soveltavan liikunnan tutkimus- ja kehittämistyöryhmä on koonnut soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämissuosituksiin<sup>17</sup> konkreettisia toimenpiteitä liittyen kuntien ja hyvinvointialueiden välisen yhteistyön vahvistamiseen.
- Kts. aihekokonaisuus nro 3 ylhäällä

## Lähteet:

- **Ala-Vähälä, T.** 2024. Liikkujakysely. Teoksessa Prinkey, V. & Roitto, R. (toim.) 2024. Liikuttaako 2023? - Toimintarajoitteisille henkilöille suunnatun Liikkujakyselyn ja Seura- ja yhdistyskyselyn raportti. Liikuntatieteellisen Seuran tutkimuksia ja selvityksiä 26. [https://www.lts.fi/media/lts\\_julkaisut/lts\\_selvityksia/liikuttaako-2023.pdf](https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/lts_selvityksia/liikuttaako-2023.pdf)
- **Borodulin, K. & Wennman, H.** 2019. Aikuisväestön liikunta Suomessa – FinTerveys 2017 -tutkimus. Tilastoraportti 48/2019, Terveystieteiden tutkimuskeskus, Helsinki. <https://www.julkari.fi/handle/10024/138989>
- **Liikkuva Opiskelu.** 2022. Ammattiin opiskelevien koettu terveys ja kunto suhteessa mitattuun fyysiseen kuntoon. Viitattu 30.04.2024. [https://liikkuvaopiskelu.fi/wp-content/uploads/sites/3/2022/10/ammattiin\\_opiskelevien\\_koettu\\_terveys\\_ja\\_kunto\\_suhteessa\\_mitattuun\\_fyysiseen\\_kuntoon.pdf](https://liikkuvaopiskelu.fi/wp-content/uploads/sites/3/2022/10/ammattiin_opiskelevien_koettu_terveys_ja_kunto_suhteessa_mitattuun_fyysiseen_kuntoon.pdf)
- **Liikuntalaki.** 2015. L 10.4.2015/390. Viitattu 25.03.2024. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150390>.
- **Liikuntatieteellinen Seura.** 2023. Suositukset soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämiseksi 2023–2026. <https://www.lts.fi/tutkittua-sovellettua/soveltava-liikunta/suositukset-soveltavan-liikunnan-ja-paraurheilun-kehittamiseksi-vuosille-2023-2026.html>
- **Mehtälä, A., Sääkslahti, A., Asunta, P., Hakonen, H., Kukko, T., Kulmala, J., Kämppe, K. & Tammelin, T.** 2024. Pienten lasten liikunnan ilo, fyysinen aktiivisuus ja motoriset taidot Suomessa: Piilo-tutkimuksen tuloksia 2023. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja: 2024:10. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165465/OKM\\_2024\\_10.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165465/OKM_2024_10.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- **Ng, K., Pikkupeura V., Lindeman, A. & Asunta, A.** 2023. Toimintarajoitteisten lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa Kokko, M. & Martin, L. (toim.) 2023. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa – LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1. 113–120. Viitattu 24.03.2024. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2023/03/Lasten-ja-nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-2022-2.pdf>
- **Ng, K., Asunta, P., Lindeman, A., Hakonen, H., & Rintala, P.** 2021. Toimintarajoitteita kokevien opiskelijoiden liikuntakäyttäytyminen. Teoksessa Sami Kokko ym. (toim.): Nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2020. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2021:1. Valtion liikuntaneuvosto 2021. Viitattu 30.04.2024. <https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2021/05/Nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-LIITU-tutkimuksen-tuloksia-2020.pdf>
- **Nurmi-Koikkalainen, P. ym.** 2017. Tieto ja tietotarpeita vammaisuudesta – analyysia THL:n tietotuotannosta. THL – Työpäpaperi 38/2017. <https://www.julkari.fi/handle/10024/135650>
- **Opetushallitus.** 2023. Move! -mittaustulokset 2023. Viitattu 25.03.2024. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-mittaustuloksia>
- **Puolustusvoimat.** 2023. Varusmiespalveluksen aloittavien miesten fyysisen toimintakyvyn tilastot 1975–2023. Viitattu 25.03.2024. <https://puolustusvoimat.fi/web/sotilasliikunta/varusmiesten-kuntotilastot>
- **Sainio, P., Holm M., Koskinen, S., Okkonen, K-M., Stenholm, S., Sääksjärvi, K. & Valkeinen H.** 2023. Toimintarajoitteet terveysongelman vuoksi. Toiminta- ja työkyky verkkojulkaisussa Terve Suomi -työryhmä (2023). Terve Suomi-tutkimuksen 2022–2023 perustulokset. Viitattu 25.4.2024. [https://www.thl.fi/terveysuomi\\_verkkoraportit/ilmioraportit\\_2023/toimintarajoitteet\\_terveysongelman\\_vuoksi.html](https://www.thl.fi/terveysuomi_verkkoraportit/ilmioraportit_2023/toimintarajoitteet_terveysongelman_vuoksi.html)
- **Sainio, P., Stenholm, S., Valkeinen, H., Vaara, M., Heliövaara, M., & Koskinen, S.** 2017. Fyysinen toimintakyky. Teoksessa: Koponen P., Borodulin K., Lundqvist A., Sääksjärvi K., Koskinen S., (toim.) Terveystieteiden tutkimuskeskus, Helsinki. Tilastoraportti 48/2019, Terveystieteiden tutkimuskeskus, Helsinki. <https://www.julkari.fi/handle/10024/136223>

- **Stenholm, S., Säöksjärvi, K., Elonheimo, H., Rantakokko, M., Valkeinen, H., Koskinen S., Sainio P.** 2023. Fyysinen toimintakyky. Toiminta- ja työkyky verkkojulkaisussa Terve Suomi -työryhmä (2023). Terve Suomi-tutkimuksen 2022–2023 perustulokset. Viitattu 25.4.2024.  
[https://www.thl.fi/terveysuomi\\_verkkoraportit/ilmioraportit\\_2023/fyysinen\\_toimintakyky.html](https://www.thl.fi/terveysuomi_verkkoraportit/ilmioraportit_2023/fyysinen_toimintakyky.html)
- **Sanastokeskus & Liikuntatieteellinen Seura.** 2023. Soveltavan liikunnan ja paraurheilun sanasto. Liikuntatieteellisen Seuran Tutkimuksia ja selvityksiä nro 23.  
[https://www.lts.fi/media/lts\\_julkaisut/lts\\_selvityksia/soveltavan-liikunnan-ja-paraurheilun-sanasto.pdf](https://www.lts.fi/media/lts_julkaisut/lts_selvityksia/soveltavan-liikunnan-ja-paraurheilun-sanasto.pdf)
- **Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.** 2021. Kouluterveyskysely 2021. Viitattu 24.03.2024.  
<https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyntulokset>
- **Tilastokeskus.** 2022. Elinolotilasto 2022. <https://www.stat.fi/julkaisu/cl8lp2xd4rh530cw1789afim9>
- **Valtion liikuntaneuvosto.** 2022. Liikunta- ja liikkumisvaikutusten arviointi (LIVA).  
<https://www.liikuntaneuvosto.fi/liva/>
- **Yhdenvertaisuuslaki.** 2014. L. 1325/2014. Viitattu 25.03.2024.  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>
- **Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista.** 2016. L. 27/2016. Viitattu 25.03.2024.  
[https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/2016/20160027/20160027\\_2](https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/2016/20160027/20160027_2)
- **Ympäristöministeriö.** 2024. Kaikille sopiva suunnittelu rakennetussa ympäristössä. Ympäristöministeriön julkaisuja 2024:12.  
[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165536/YM\\_2024\\_12.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165536/YM_2024_12.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

#### Taustamateriaaleja:

- **Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.** 2021. FinSote-tutkimus. Viitattu 25.03.2024. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/finsote-tutkimus>
- **Terveyden ja hyvinvoinninlaitos.** 2021. Korkeakoulu-opiskelijoiden terveys- ja hyvinvointi-tutkimus KOTT. Viitattu 24.03.2024. <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/korkeakouluopiskelijoiden-terveys-ja-hyvinvointitutkimus-kott->