ELÄKELIITTO

ASIANTUNTIJALAUSUNTO

Eduskunta
Tulevaisuusvaliokunta

8.1.2019

Asia: VNS 6/2018 vp Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta

Eläkeliitto ry kiittää mahdollisuudesta antaa kirjallinen asiantuntijalausuntonsa koskien valtioneuvoston selontekoa liikuntapolitiikasta. Lausuntonamme toteamme seuraavaa:

Yleistä

Kuten valtioneuvoston selonteossa todetaan, liikunnalla on itseisarvo. Ihminen on luotu liikkumaan. Liikkuminen luo hyvinvointia. Yhä useammat suomalaiset ovat kiinnostuneita oman hyvinvointinsa edistämisestä. Myös liikunnan lajien kirjo on monimuotoisempi kuin koskaan. Samaan aikaan osa väestöstä liikkuu kenties vähemmän kuin koskaan aiemmin. Digitalisaatio muuttaa työelämää, kun automaatio korvaa fyysisesti raskaita työtehtäviä vähentäen ns. hyötyliikunnan määrää. Digitalisaatio kilpailee myös ihmisten vapaa-ajasta liikunnan harrastamisen kanssa.

Suomi ikääntyy hurjaa vauhtia. On arvioitu, että vuonna 2030 Suomessa on 1,5 miljoonaa yli 65-vuotiasta. Suomalaiset elävät yhä pidempään ja keskimäärin parempikuntoisempina kuin koskaan.

Myös kansantaloudellisesta näkökulmasta on tärkeätä edistää kansalaisten mahdollisuuksia ja motivaatiota ylläpitää omaa toimintakykyään liikunnan avulla. Julkisella vallalla on tärkeä merkitys liikuntapaikkojen ja – puitteiden rakentajana ja ylläpitäjänä. Julkisten liikuntapalveluiden käyttäjämaksut eivät saa muodostua esteeksi ihmisten omaehtoiselle liikkumiselle.

Järjestöillä - niin sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestöillä kuin urheilun lajiliitoillakin – on oma tärkeä tehtävänsä liikunnan urheilun harrastamisen kynnyksen ylittämisessä. Liikuntakin on mukavampaa yhdessä toisten kanssa. Järjestöt muodostavat tärkeitä yhteisöjä, joiden kautta kansalaisten halu liikkua ja harrastaa kanavoituu. Siksi onkin tärkeää huolehtia paitsi kansalaistoimintaa estävien rakenteiden ja sääntelyn purkamisesta ja toisaalta järjestöille tärkeän rahoituksen turvaamisesta.

Eläkeläisjärjestönä arvioimme selontekoa ja liikunnan merkitystä tulevaisuudessa erityisesti ikääntyneiden kansalaisten näkökulmasta. Samalla muistutamme, että Suomessa on arvioitu olevan jopa 1,7 miljoonaa tuki- ja liikuntaelinsairauksista kärsivää (THL). Tule -ongelmat heikentävät kansalaisten elämänlaatua sekä työ- ja toimintakykyä ja ne tulevat yhteiskunnalle kalliiksi. Tule -sairaudet ovat yleisin syy lääkärissä käyntiin, aiheuttavat eniten sairauspoissaoloja ja ovat toiseksi

yleisin syy työkyvyttömyyseläkkeisiin. Niistä aiheutuvat kokonaiskustannukset ovat Suomelle vähintään 3 – 4 miljardia euroa vuodessa

Liikunta on tärkeä tekijä ikääntyvän väestön toimintakyvyn säilyttämisessä. Liikunnan pitäisi olla osa ihmisen arkea työelämän jälkeen eläkkeelle jäämisestä aina viimeisiin elinpäiviin sakka. Liikunta tulee huomioida myös mukana sekä kotipalveluissa että laitospalveluissa. Yhtä tärkeää on huomioida liikunnan ennaltaehkäisevä merkitys – jo ennen kuin ikääntynyt kansalainen tarvitsee sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita.

Liikuntaa vai kuntoutusta?

Jaamme selonteossa esitetyn näkemyksen siitä, että ikääntyneiden liikuntapalveluissa korostuvat ohjatun liikunnan laatu, saatavuus ja esteettömyys. Selonteossa nostetaan esiin erityisenä ryhmänä toimintakyvyltään tai terveydeltään heikentyneet ikääntyneet, jotka asuvat kotonaan ilman säännöllisiä palveluja. Tämän ryhmän hyvinvointiin voidaan erityisesti vaikuttaa soveltavan liikunnan avulla ja eri tahojen yhteistyöllä.

Kotipalveluiden ja palveluasumisen piirissä oleville ikäihmisille pelkkä liikunta ei kuitenkaan riitä. Olisikin tarkoituksenmukaisempaa panostaa kuntoutukseen. Muistutamme tulevaisuusvaliokuntaa kuntoutuksen uudistamiskomitean vuonna 2017 julkaistusta raportista, jossa komitea esittää ikääntyvälle väestölle maakunnallista kotikuntoutuksen toimintamallia. Toimintamalli olisi maakunnallisen toimijan vastuulla. Toimija arvioisi asiakkaan kuntoutustarpeen ja suunnittelisi ja järjestäisi kuntoutuksen kaikille sitä tarvitseville.

Kuntoutuksen onnistuminen edellyttää toimivaa asiakasohjauksen mallia ja selkeää tavoitetta kuntoutukselle. Asiakassuunnitelmaan kootaan asiakkaan kanssa yhteisesti asetetut tavoitteet ja tarvittavat palvelut arkea tukevaksi kokonaisuudeksi.

Soveltavalla liikunnalla voi olla mielihyvää ja elämänlaatua parantavaa vaikutusta mutta toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten suurin tarve kohdistuu kuntoutukseen – jonka asema ei valmisteilla olevassa sote-uudistuksessa ole ollut kovinkaan vahva.

Ikääntyneiden monimuotoiset tarpeet myös liikunnassa

Eläkeliitto pitää tärkeänä, että ikääntyneiden kansalaisten monimuotoisuus huomioidaan myös liikuntapoliittisissa linjauksissa. Eläkeläiset ovat eri-ikäisiä ja heidän toimintakykynsä vaihtelee. Siksi myös liikuntapoliittisia linjauksia on arvioitava ns. ylisukupolvisesti. Työelämästä eläkkeelle siirtyminen muuttaa ympäristöä, sosiaalisia verkostoja ja ystävyyssuhteita. Toimintakyvyn kannalta tärkeä tuki, työterveyshuolto, päättyy eläkkeelle siirryttäessä. Samaan aikaan eläkeläinen joutuu tottumaan aiempaa matalampaan ansiotasoon. Hänellä ei välttämättä mahdollisuuksia käyttää yksityisiä liikuntapalveluita yhtä paljon kuin vielä työssä ollessaan.

Erityisesti olisi pohdittava millaisin toimenpitein pystyttäisiin motivoimaan liikunnan pariin myös niitä henkilöitä, joilla liikunta ei ole ollut osana arkea työelämässäkään. Tarvitaan matalan kynnyksen liikuntainterventioita, joissa hyödynnetään ryhmämuotoisuutta. Kunnat ylläpitävät perinteisiä massaliikuntapaikkoja, kuten uimahalleja. Muutamissa kaupungeissa on yli 68-vuotiailla asukkailla päiväaikaan mahdollisuus uimahallin käyttöön ns. Sporttipasseilla todella edullisesti jo tänä päivänä. Miten tällaisia hyviä käytäntöjä voitaisiin levittää ympäri Suomea ?

Kunnat liikuttajina - yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa

Kuntien liikuntapalveluiden resurssit ovat viime vuosien aikana monissa kunnissa vähentyneet. Liikuntasihteerien ym. nimikkeillä työskentelevien ammattilaisten määrä on vähentynyt. Kunnat ja järjestöt eivät myöskään osaa riittävästi hyödyntää keskinäistä yhteistyötään. Yhteistyöllä kolmannen sektorin kanssa voitaisiin tehostaa ohjaajaresurssien ja liikuntatilojen käyttöä. Muistutamme myös digitalisaation hyödyistä. Sähköisiä sovelluksia hyödyntämällä voitaisiin tarjota kuntalaisille eräänlainen sähköinen liikuntakalenteri, joka kokoaisi yhteen kaikki eri toimijoiden palvelut. Nyt tällainen koordinaatio ei näytä olevan kenenkään vastuulla.

Eläkeläisjärjestöt - suuret ikäihmisten liikuttajat rahoituksen väliinputoajina

Suomalainen kansalaisjärjestöjen rahoituksen malli ei ole mielestämme palvellut terveyttä edistävän liikunnan edistämisen tavoitetta parhaalla mahdollisella tavalla. Veikkausvoittovarojen jakojärjestelmä on jyrkkärajainen. OKM:n vastaa liikunnan ja soveltavan liikunnan järjestöjen rahoituksesta ja STM:n alainen sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA sosiaali- ja terveysalan kansalaisjärjestöjen rahoituksesta.

Eläkeläisjärjestöt eivät ole perinteisesti olleet liikunta-avustusten piirissä huolimatta siitä, että niiden toiminnassa liikunnalla on todella vahva asema. Valtakunnallisissa eläkeläisjärjestöissä toimii yli 300 000 ikääntynyttä suomalaista. Kymmenet tuhannet liikunnan vertaisryhmät ylläpitävät eläkeläisten toimintakykyä ja terveyttä. Ryhmien ohjauksesta vastaavat eläkeläisjärjestöjen kouluttamat liikunnan vertaisohjaajat. Pidämme tärkeänä, että jatkossa liikuntatoiminnan julkista rahoitusta kehitettäessä huomioidaan liikunnan ja soveltavan liikunnan järjestöjen lisäksi myös muut kansalaisten liikuntaa edistävät kansalaisjärjestöt.

Eläkeliitto ry

Anssi Kemppi
toiminnanjohtaja