

Aktiivinen arki kuuluu kaikille

– turvallinen ympäristö tukee
liikkumista ja hyvinvointia

Tanja Onatsu

Liikkuvat kokonaisuus

8.10.2025



A close-up photograph of a person's foot wearing a black leather shoe, positioned on the pedal of a green bicycle. The bicycle is on a gravel path with fallen yellow leaves. The background is slightly blurred, showing trees and a fence. The entire image is set against a black background.

Mistä nyt
puhutaan

Esitykseni pääpointit

- Meillä on ongelma nimeltä liikkumattomuus
- Ratkaisuna kävely ja pyöräily
- Turvallinen ympäristö tukee liikkumista

Ongelma nimeltä liikkumattomuus

- **76 %** alle kouluikäisistä lapsista (4-6v) täyttää varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksen. (Piilo-tutkimus 2023)
- **32 %** lapsista ja nuorista (7-20v) täytti liikkumissuosituksen (Liitu-tutkimus 2024)
- **26 %** aikuisista (20-69v) täyttää terveysterveysliikuntasuosituksen (Liikuntaraportti 2022)
- **23-31 %** ikääntyneistä (yli 70v) liikkuu suositusten mukaisesti (IKLI 2019-2022)



Miten päiväkotiin kuljetaan?

Varhaislapsuus

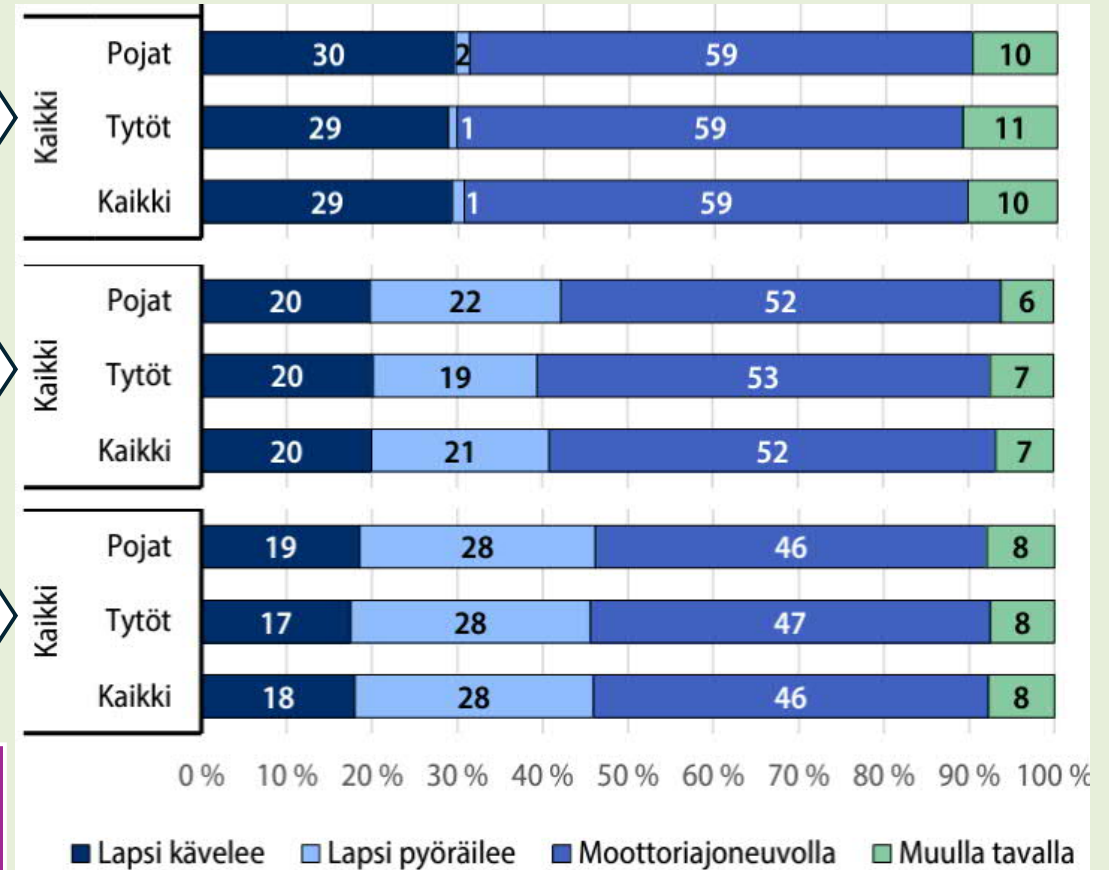


Talvella

Syksyllä ja keväällä

Kesällä

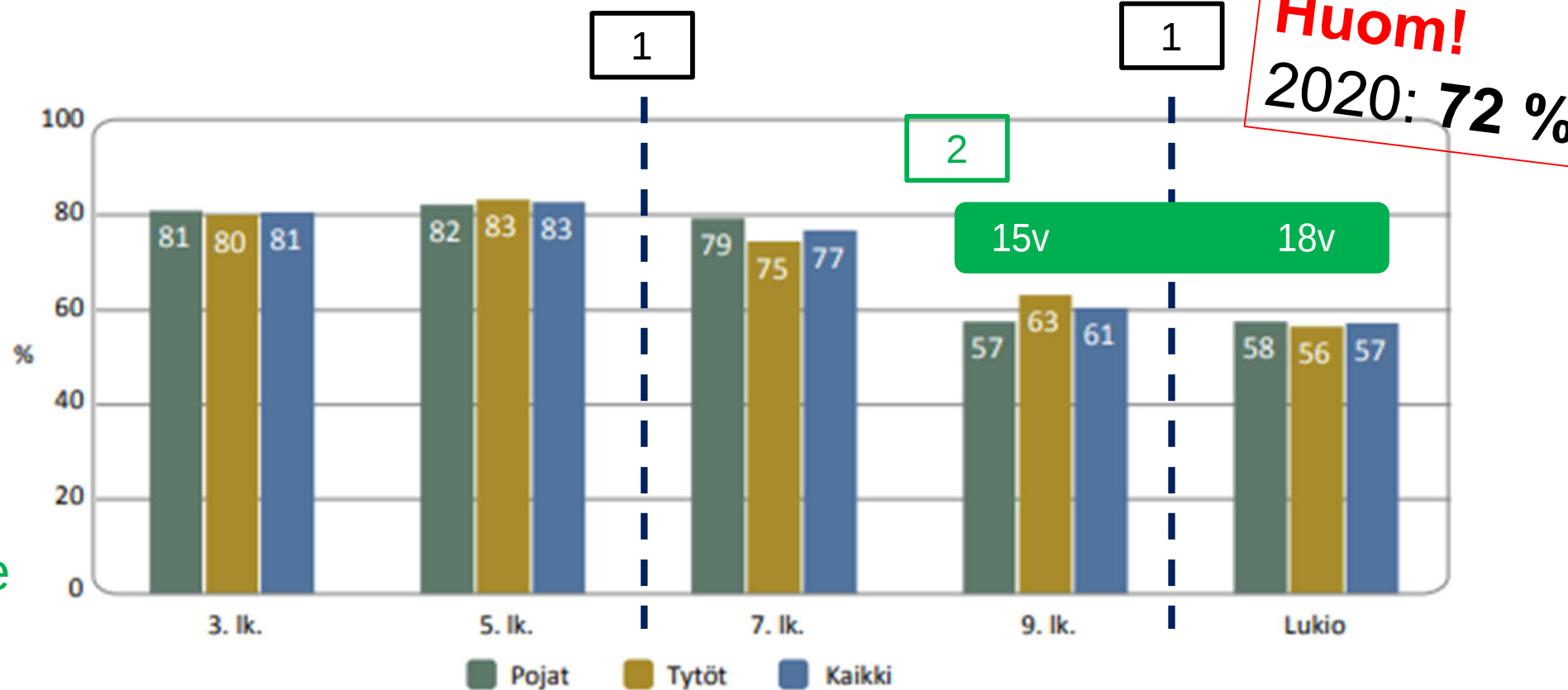
49 % päiväkotimatka on alle kilometrin
→ **21 %** alle 500 metriä



Miten kouluun kuljetaan?

1. Etäisyydet kasvavat iän myötä

2. Moottoriajoneuvojen saatavuus paranee



Kuvio 43. Koulu- ja opiskelumatkan fyysisesti aktiivisesti (kävellen tai pyöräillen) kulkevien osuudet alle viiden kilometrin koulu- ja opiskelumatkoilla keskimäärin vuoden aikana (n = 12 754) (%).

Liitu-tutkimus 2024

**FIKSUSTI
KOULUUN**

Mutta kuitenkin...

Vanhempien kyydillä
usein tai hyvin usein
kulkevia (alle 5 km):



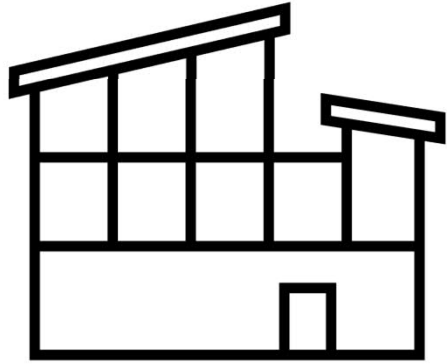
Peruskoululaisista **26 %**

+ 10% perusopetusikäisistä,
jotka ilmoittavat kulkevansa
koulumatkansa vanhempien
kyydillä

Lukiolaisista **25 %**

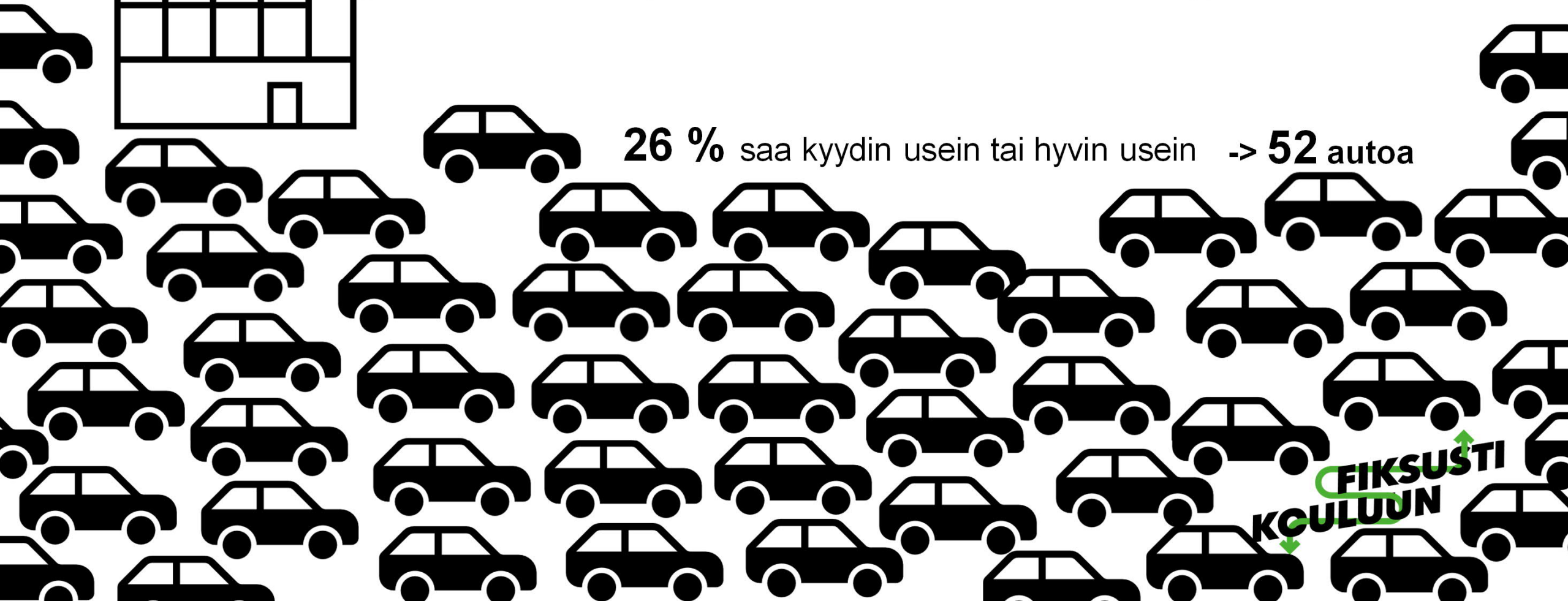


Konkretian paikka



Suomalaisessa peruskoulussa on keskimäärin noin 200 oppilasta

26 % saa kyydin usein tai hyvin usein -> 52 autoa



FIKSUSTI
KULUUN

Aktiivisen kulkutavan valintaan vaikuttavat tekijät huoltajien mukaan

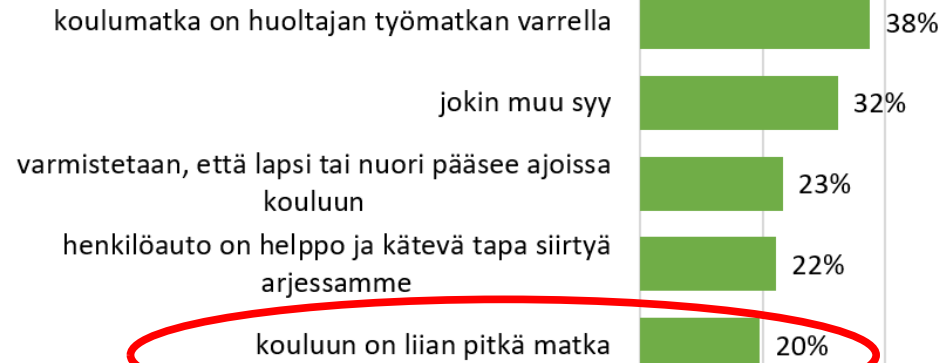


Lähde: Koulumatkojen kulkutavat huoltajien silmin (Turunen ym. 2023)

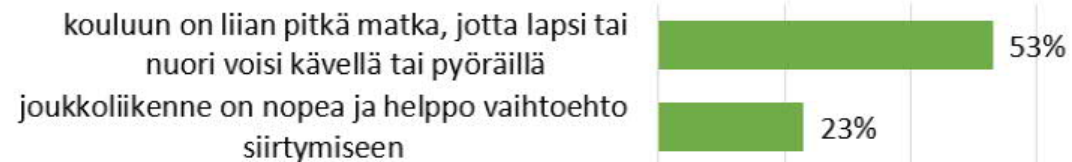
**FIKSUSTI
KOULUUN**

Muun kuin aktiivisen kulkutavan valintaan vaikuttavat tekijät huoltajien mukaan

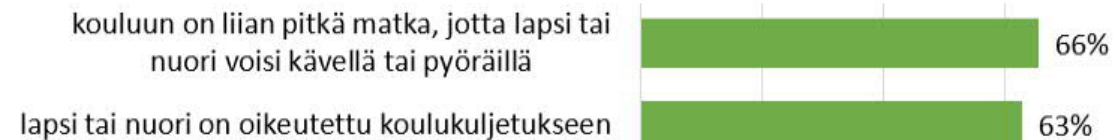
Henkilöauton kyydissä



Joukkoliikenteellä



Koulukuljetuksella



Liikenneturvallisuus koulumatkoilla aiheuttaa huolta

77 % huoltajista huolissaan liikenneturvallisuudesta koulumatkan varrella

- 47 % Ajonopeudet koulumatkan varrella
- 36 % Vilkas liikenne tienylityksessä
- 30 % Autolla liikkuvat eivät huomioi riittävästi kävellen ja pyöräillen liikkuvia



Haluammeko siis...

FIKSUSTI
KOULUUN

... parantaa saattoliikennettä vai...

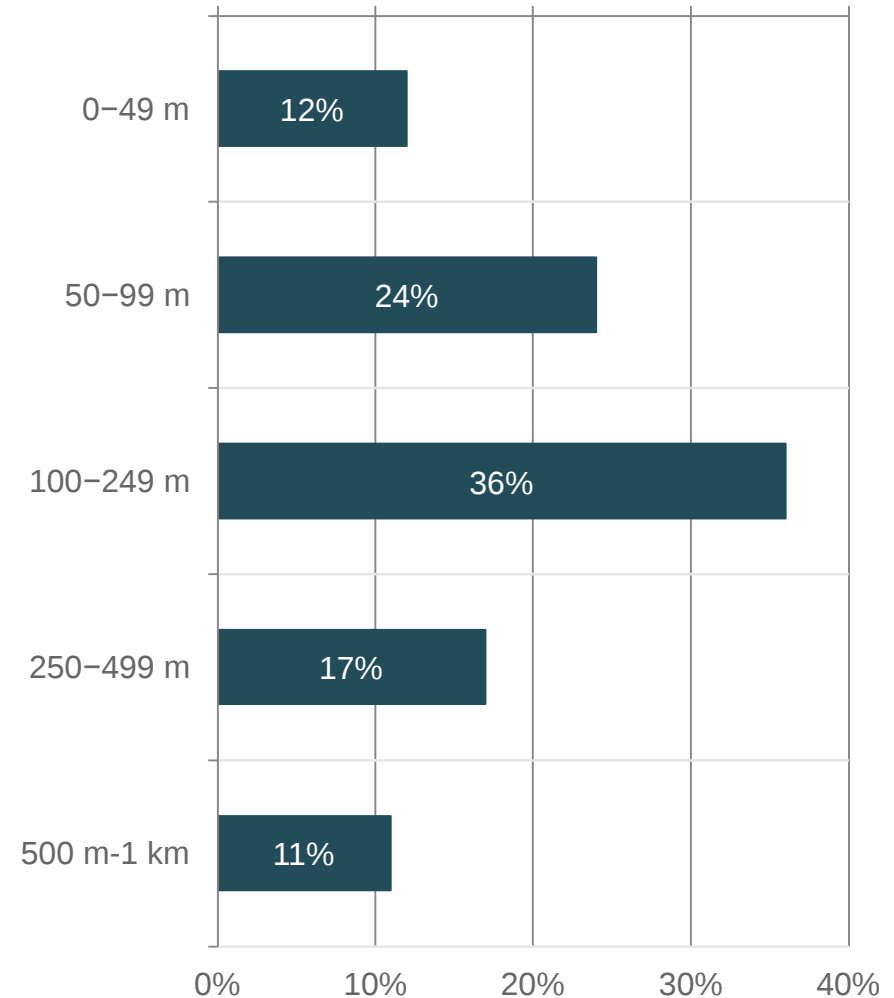


...tukea aktiivisia kulkutapoja?



HUOLTAJAKYSELY:

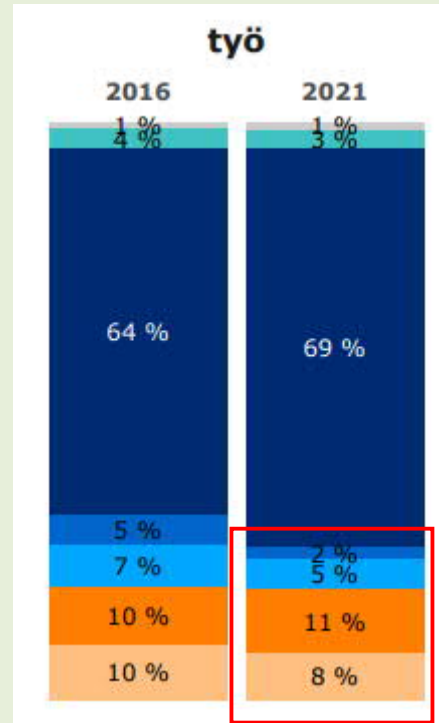
Mikä on mielestäsi
lapselle/nuorelle sopiva
matka kävellä
henkilöautojen
saattoliikenne-
paikalta kouluun?



Vastaajien määrä: 708 huoltajaa

**FIKSUSTI
KOULUUN**

Työmatkoista pääosa tehdään henkilöautolla



- Työmatkoista 26 % tehtiin kestävillä kulkutavoilla eli jalan, pyörällä ja joukkoliikenteellä.
- Pääkaupunkiseudulla ja muissa suurissa kaupungeissa tehtiin eniten työmatkoja kestävillä kulkutavoilla.
- Yli puolet työmatkoista alle 10 kilometrin mittaisia.
- Henkilöautolla kuljettajana tehdyistä työmatkoista 30 % olisi voitu tehdä kestävillä kulkutavoilla.



Ikäihmiset

- Yli 70-vuotiaiden yleisimmät liikuntapaikat ovat kevyen liikenteen väylät, piha-alueet ja luonto. Hyötyliikunta on yksi suosituimmista liikuntalajeista.
- Yli 70-vuotiaiden yleisin liikuntapalvelu: Omatoiminen liikkuminen (93 %)
- 70 v. täyttäneistä kotona asuvista iäkkäistä n. 40 % koki vähintään jonkin verran haittaa kulkuväylien liukkaudesta tai lumisuudesta.
- Olosuhteista talvi haittaa eniten iäkkäiden liikkumista. Jotta liikkuminen olisi ympärivuotista, tulisi kunnossapitoon ja kaatumisten ehkäisyyn esim. liukuesteillä panostaa.



Turvallinen ympäristö tukee liikkumista ja hyvinvointia

- Kun liikkumisympäristöt ovat turvallisia, ihmiset uskaltavat liikkua enemmän – turvallisuus on siis edellytys terveelliselle liikkumiselle.
- Esimerkiksi hyvin suunnitellut pyörätiet ja valaistut kävelyreitit lisäävät sekä turvallisuutta että liikkumismotivaatiota.
- Turvallisuus ei ole vain tekninen kysymys (nopeusrajoitukset, liikennemerkkit), vaan myös psykososiaalinen: pelko tai epävarmuus voi estää liikkumista.
- Esimerkiksi ikääntyneiden kohdalla turvallisuuden tunne voi ratkaista, uskaltavatko he lähteä liikkeelle.
- Kaupunkisuunnittelu, joka tukee turvallista kävelyä ja pyöräilyä, edistää terveempää väestöä.

FIKSUSTI KOULUUN -TIETOPAJA 2026

**ILMOITTAUDU 15.12.2025
MENNESSÄ**

Tietopajasta kunnat saavat asiantuntijatukea ja käyttöönsä konkreettisia työkaluja aktiivisten ja kestävien koulumatkojen kulkemiseen. Kunnasta voidaan valita yksi tai useampi varhaiskasvatusyksikkö / koulu / oppilaitos mukaan työskentelyyn.

Lisätietoja: www.fiksustikouluun.fi/tietopaja



AJATTELE MILLÄ AJAT



Kiitos!

Tanja Onatsu
tanja.onatsu@jamk.fi
040 588 0263



@TanjaOnatsu

