

# MTT | KASVU<sub>22</sub>

## Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: yhteinen päämäärä, yhteinen politiikka

**HYVINVOIPA-hankkeen loppuraportti**

**Helmi Risku-Norja, Sirpa Kurppa, Xavier Irz,  
Marja Pinolehto, Virpi Vorne, Marja-Leena Ovaskainen,  
Olli Nummela, Timo Rauhanen**



# **MTT** | **KASVU**<sub>22</sub>

---

## **Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: yhteinen päämäärä, yhteinen politiikka**

**HYVINVOIPA-hankkeen loppuraportti**

**Helmi Risku-Norja, Sirpa Kurppa, Xavier Irz,  
Marja Pinolehto, Virpi Vorne, Marja-Leena Ovaskainen,  
Olli Nummela, Timo Rauhanen**



ISBN 978-952-487-517-2 (Verkkojulkaisu)  
ISSN 1798-1832 (Verkkojulkaisu)  
URN: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-487-517-2>  
<http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu22.pdf>

**Copyright** MTT

**Kirjoittajat**

Xavier Irz, MTT  
Sirpa Kurppa, MTT  
Olli Nummela, THL  
Marja-Leena Ovaskainen, THL  
Marja Pinolehto, MTT  
Timo Rauhanen, VATT  
Helmi Risku-Norja, MTT  
Virpi Vorne, MTT

**Julkaisija ja kustantaja** MTT, 31600 Jokioinen

**Jakelu ja myynti** MTT, viestintä ja informaatiopalvelut,  
31600 Jokioinen, puhelin 0295 300 700,  
sähköposti [julkaisut@mtt.fi](mailto:julkaisut@mtt.fi)

**Julkaisuvuosi** 2014

**Kannen kuva** Piia Lehti

# Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: yhteinen päämäärä, yhteinen politiikka

Helmi Risku-Norja<sup>1</sup>, Sirpa Kurppa<sup>2</sup>, Xavier Irz<sup>1</sup>, Marja Pinolehto<sup>3</sup>, Virpi Vorne<sup>3</sup>,  
Marja-Leena Ovaskainen<sup>4</sup>, Olli Nummela<sup>4</sup>, Timo Rauhanen<sup>5</sup>

<sup>1</sup> MTT Taloustutkimus, Latokartanonkaari 9, 00790 Helsinki, etunimi.sukunimi@mtt.fi

<sup>2</sup> MTT Biotekniikka- ja elintarviketutkimus, Alimentum, Myllytie 1, 31600 Jokioinen, etunimi.sukunimi@mtt.fi

<sup>3</sup> MTT Biotekniikka- ja elintarviketutkimus, PL 413, 90014 Oulun yliopisto, etunimi.sukunimi@mtt.fi

<sup>4</sup> Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL), PL 30, 00271 Helsinki, etunimi.sukunimi@thl.fi

<sup>5</sup> Valtion taloudellinen tutkimuskeskus (VATT), Arkadiankatu 7, 00100 Helsinki, etunimi.sukunimi@vatt.fi

## Tiivistelmä

**T**erveystieteiden edistäminen ja kestävä kehityksen periaatteiden juurruttaminen ovat olleet näkyvästi esillä suomalaisen yhteiskuntapolitiikan asialistalla viime vuosina. Ongelmiin on haettu ratkaisuja politiikan eri sektoreilla, kullakin niiden omista lähtökohdista ja toisistaan erillään. HYVINVOI-PA-hanke toi yhteen terveyden edistämisen ja kestävä kehityksen teemat ja paneutui siihen, miten ja milta osin kestävä kehityksen periaatteet on onnistuttu tuomaan suomalaiseen sosiaali- ja terveyspolitiikkaan sekä ruoka- ja liikuntapolitiikkaan.

Lähtökohtana olivat suomalaisen yhteiskunnan keskeisiksi ongelmiksi tunnistetut terveyserot eri väestöryhmien välillä sekä kulutuksesta johtuva ympäristökuormitus. Hankkeessa pyrittiin luomaan keskinäistä ymmärrystä politiikan eri sektoreiden välille. Yhteisenä viitekehityksenä oli kestävä kehityksen tavoitteiden tukeminen ja kansalaisten terveyden edistäminen. Tässä hankkeen loppuraportissa esitellään tulokset tiivistetysti ja pohditaan niiden merkitystä hankkeen tehtävänannon sekä uusimpien, tämän tutkimuksen kannalta keskeisten poliittisten asiakirjojen taustaa vasten. Loppuun on koottu

sellaisia asiakokonaisuuksia, jotka hankkeen tulosten perusteella ovat meillä Suomessa jääneet liian vähälle huomiolle.

Tutkimus kohdistettiin suomalaiseen terveydenedistämisen-, liikunta- ja ruokapolitiikkaan. Hankkeessa selvitettiin ruokaan, terveelliseen ravitsemukseen ja liikunta-aktiivisyyteen liittyviä poliittisia tavoitteita, niiden toteutumista eri väestöryhmissä ja tavoitteiden yhteyttä kestävyyspyrkimykseen. Lisäksi kerättiin sekä suomalaisia että kansainvälisiä kokemuksia käytössä olevista ohjauskeinoista ja niiden vaikutuksesta eri väestöryhmien elintapoihin. Huomiota kiinnitettiin erityisesti alempien sosioekonomisten ryhmien mahdollisuuksiin noudattaa terveellisiä elintapoja ja edistää kestävä kehitystä.

Poliittisten tavoitteiden tarkastelussa tutkimusmenetelmänä oli asiakirjojen laadullinen sisällönanalyysi. Nykytilan kuvausta varten yhdisteltiin väestöryhmittäin THL:n laajoja tilastollisia tutkimustietoa-aineistoja ruoka- ja liikuntatottumuksista. Ruoankulutuksen kestävyttä arvioitiin tarkastelemalla eri väestöryhmien ruokavalintoja ja niistä aiheutuvaa ympäristökuormitusta kahden ympäristö-

kuormitustekijän, ilmasto- ja rehevöitymisvaikutuksen, pohjalta. Ohjaukeinoja ja niiden toimivuutta selvitettiin käymällä läpi viimeaikaista aiheeseen liittyvää tutkimusta ja keräämällä kirjallisuudesta kokemuksia erilaisista kotimaisista ja eurooppalaisista interventioista.

HYVINVOIPA-hankkeen tulokset osoittivat, että suomalaisen politiikan eri sektoreilla tavoitteet eivät aina tue johdonmukaisesti toisiaan. Suoranaisia ristiriitoja on vähän, mutta poliittisen ohjauksen synergiaetuja jää käyttämättä. Se johtuu siitä, että yhteisiä kestävyystavoitteita ei ole selkeästi määritelty, jolloin monesta suunnasta tuleva yksipuolinen tieto aiheuttaa ongelmia tavoitteenasettelussa ja käytännön toiminnassa.

Tarkastelluissa asiakirjoissa kestävyuden teemat painottuvat toisaalta ympäristöasioihin, toisaalta taloudellisiin kysymyksiin. Poliittisten tavoitteiden taustalla on senkaltaisen kestävyuden tulkinta, joka korostaa taloudellisen kestävyuden ensisijaisuutta pyrittäessä kohentamaan ympäristön tilaa ja väestön hyvinvointia. Sosiaalisen kestävyuden näkökulma on läsnä, vaikkakin se on useimmiten julkilausumaton. Terveystenedistämisestä ja kansalaisten osallistumismahdollisuuksista ei puhuta kestävyyskysymyksenä.

Suomalaisten fyysinen terveys ja toimintakyky ovat vuosien saatossa parantuneet, mutta väestöryhmien välillä on suuria terveyseroja. Työttömät, ikääntyneet, osa maahanmuuttajista ja muut koulutusjärjestelmän ja työelämän ulkopuolella olevat jäävät työnantajien ja usein myös usein julkisyhteisöjen järjestämien liikunta- ja ruokapalvelujen ulkopuolelle.

Verrattuna pienituloisiin ja vähemmän koulutettuihin hyvin toimeentuleva kansanosa syö terveellisemmin. Hyvin toimeentulevat myös liikkuvat vapaa-aikanaan enemmän ja elävät pitempään kuin pienituloiset ja vähemmän koulutetut. Toisaalta tämä tutkimus osoitti, että yhteiskunnan parempiosais-

ten ruokavalinnat kuormittavat ympäristöä enemmän kuin pienituloisten ja vähemmän koulutettujen ruokavalinnat.

Ravitsemussuosittelun mukainen ja kestävä kehitystä tukeva ruokavalio ovat samansuuntaisia. Tavoitteet olisi siksi periaatteessa helppo yhdistää lisäämällä kasviperäisten tuotteiden käyttöä ja suosimalla kotimaisia, lähellä tuotettuja, sesonginmukaisia tuotteita. Terveystenedistämisen näkökulma puolestaan kytkee liikunnan ja ravitsemuksen kiinteästi toisiinsa. Kestävyys ja liikuntaakin voidaan yhdistää, ja näin tulisikin tehdä liikuntapolitiikan puitteissa. Sesonginmukaisen ja lähiruuan tapaan vuodenaikaisliikunta, lähiliikunta sekä hyötyliikunta, työmatkat mukaan lukien, voisivat olla askelia kohti nykyisiä kestävämpiä liikuntamuotoja, jotka tulotasoon katsomatta ovat kaikkien ulottuvilla.

Erilaisille kohderyhmille suunnatut elintapainterventiot ovat tuottaneet hyviä tuloksia, ja kokemuksia on hyödynnetty interventioita laajemmissa tutkimus- ja kehittämishankkeissa. Sekä interventiot että kehittämishankkeet osoittavat, että terveydenhuollon palveluissa tulisi nykyistä enemmän kiinnittää huomiota eri väestöryhmien erilaisiin tarpeisiin. Kestävyyskysymyksissä painotetaan hyvin paljon kansalaisten omien valintojen merkitystä ja valintojen ohjaamiseksi tuotetaan kuluttajille runsaasti tietoa. Myös julkisten toimijoiden merkitys kestävyyskysymyksissä tunnustetaan, mutta niille asetetut konkreettiset tavoitteet ovat varovaisia eivätkä ne tue edelläkävijyyttä.

Tulokset osoittivat, että tietoa hyödynnetään valikoivasti. Yksilön kulutuskäyttäytymistä näyttävät useimmiten ohjaavan henkilökohtaiset päämäärät eivätkä ajallisesti tai maantieteellisesti etäällä olevat kestävyystavoitteet. Toivottujen tavoitteiden aikaansaamiseksi tulisi informaatio-ohjauksen lisäksi käyttää tehokkaasti myös muita työkaluja, kuten julkista tukea, taloudellisia kannustimia, lainsäädäntöä, suosituksia ja normiohja-

usta. Yhteiskunnan palvelujärjestelmiä tulisi myös kehittää. Interventioiden osallistavaa, toimijalähtöistä lähestymistapaa voisi soveltaa koskemaan kokonaisvaltaisemmin kestävyystavoitteiden – väestön ja ympäristön hyvinvoinnin – edistämistä. Tämä tapahtuisi tukemalla erilaisia paikallistason kokeiluja. Ennen kaikkea tarvitaan konkreettisia toimia, joilla voidaan muuttaa arkinen ympäristö ja julkinen tila kestäviä valintoja suosivaksi kehittämällä ja ohjaamalla tuotteiden ja palveluiden tarjontaa, näkyvyyttä ja mainontaa.

Nykyinen kasvava eriarvoisuus uhkaa kestävyttä monin tavoin ja monesta suunnasta. Tämän kehityksen suunnan muuttaminen edellyttää politiikan koko kentältä yhteisesti hyväksytyjä periaatteita ja niihin sitoutumista. Kestävyys tarkoittaa kansalaisten kokonaisvaltaista hyvinvointia ympäristön kantokyvyn rajoissa. Tämä tulisi nostaa keskeiseksi teemaksi. Otettaessa tarkastelunäkökulmaksi kestävyuden edistäminen on mahdollista yhdistää nykyistä johdonmukaisemmin terveydenedistämisen ja

ruokapolitiikan tavoitteet. Poliitiikan tehtävänä on huolehtia siitä, että kestävä valinta olisivat helpoin, houkuttelevin ja edullisin sekä ensisijainen vaihtoehto, toisin sanoen itsestäänselvyys.

HYVINVOIPA-hanke toteutettiin vuosina 2011–2013, ja sitä rahoittivat sosiaali- ja terveysministeriö, maa- ja metsätalousministeriö, työ- ja elinkeinoministeriö, opetus- ja kulttuuriministeriö sekä tutkimukseen osallistuneiden tutkijoiden taustaorganisaatiot eli Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL, Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus MTT ja Valtion taloudellinen tutkimuskeskus VATT.

### Avainsanat:

*kestävä kehitys, terveydenedistäminen, ruoka, ravitsemus, liikunta, poliittiset tavoitteet, väestöryhmien väliset erot, ohjauskeinot, kohderyhmät, yhteiskunta, kansalainen, sosiaalinen kestävyys*



Opetus- ja kulttuuriministeriö

---

# Human and environmental well-being: Common goal, common policy

---

Helmi Risku-Norja<sup>1</sup>, Sirpa Kurppa<sup>2</sup>, Xavier Irz<sup>1</sup>, Marja Pinolehto<sup>3</sup>, Virpi Vorne<sup>3</sup>,  
Marja-Leena Ovaskainen<sup>4</sup>, Olli Nummela<sup>4</sup>, Timo Rauhanen<sup>5</sup>

<sup>1</sup>MTT Agrifood Research Finland, Economic Research

Latokartanonkaari 9, FI-00790 Helsinki, Finland, [firstname.lastname@mtt.fi](mailto:firstname.lastname@mtt.fi)

<sup>2</sup> MTT Biotechnology and Food Research, Myllytie 1, FI-31600 Jokioinen, [firstname.lastname@mtt.fi](mailto:firstname.lastname@mtt.fi)

<sup>3</sup> MTT Biotechnology and Food Research, P.O.Box 413, FI-90014 Oulun yliopisto, [firstname.lastname@mtt.fi](mailto:firstname.lastname@mtt.fi)

<sup>4</sup> National Institute for Health and Welfare (THL), P.O.Box 30, FI-00271 Helsinki, [firstname.lastname@thl.fi](mailto:firstname.lastname@thl.fi)

<sup>5</sup> Government Institute for Economic Research (VATT), Arkadiankatu 7, FI-00100 Helsinki,  
[firstname.lastname@vatt.fi](mailto:firstname.lastname@vatt.fi)

## Abstract

The health inequities among the different population groups and the environmental impacts of consumption have been identified as substantive problems of the Finnish society. Promotion of the population health and entrenching the principles of sustainable development are highly prioritized in the socio-political agenda in Finland. The different policy sectors have taken up these issues, but this has been done from their own point of view and separately from each other.

The HYVINVOIPA (WELL-BEING) project brought together the topics of health promotion and overall sustainability. It was examined, how and to what extent the sustainability principles have been accounted for in the Finnish policy discourse dealing with food, physical activity, health promotion and societal development. The aim was to improve mutual understanding among the policy sectors using the health promotion and sustainability as the common point of departure.

The research tasks were 1) to evaluate the policy aims and their clarity and mutual coherence regarding health promotion, citizens' food choices and physical activity, and

their linkage to the sustainability strivings; 2) to capture the actual situation regarding physical activity, dietary habits and their environmental impacts among the different socio-economic groups, and 3) to evaluate the impact of the various steering instruments on the citizens' behavior. Attention was especially paid to the lower socio-economic groups and their possibilities to reconcile own behavior with the health promoting and environmental goals.

In this final report the key findings are shortly summarized. Their implications are discussed in light of the project tasks and the most recent policy documents relevant in this context. In the concluding section, the hot spots in developing integrated policy approach so as to promote human and environmental wellbeing are presented.

The research methods comprised qualitative content analysis of about 30 relevant national policy documents from the past decennium. The state-of-art was captured by compiling extensive population statistics and recent research results dealing with the dietary habits and physical motion among the different socio-economic groups. Environmental sustainability of food consumption was

assessed by combining the data on the household food choices and the data on associated environmental consequences in terms of two indicators, carbon dioxide equivalents and phosphate equivalents indicative of climate change and eutrophication, respectively. The efficiency of the various policy instruments regarding health and environmental goals was evaluated by compiling domestic and European experiences from the literature.

The policy document analysis revealed only few direct contradictions. The synergy advantages are, however, poorly exploited, because the different policy sectors suffer from narrow perspective and from overly general expressions. Health promotion is looked in terms of either nutrition or physical activity, or in terms of inequity, and the sustainability concept has remained largely abstract, concrete expressions dealing mostly with environmental impacts. Citizens' own responsibility both for own health and for the environment is emphasized and abundant information has been produced to support consumers' informed choices. The role of the public actors is recognized in the sustainability strivings. However, the goals are careful and do not support the path breaker obligation of the public actors. Social issues deal with equal opportunities, equity and cohesion, but these are not identified as elements of sustainability. Economic growth is presented as the necessary precondition for a democratic welfare society.

Measured by many indicators, the physical health and functioning ability of the Finns has improved over the past decades. However, at the same time the health inequities among the population have increased. Those outside the education system and working life are often beyond the reach of the society's public services or those provided by the employers.

The eating habits of the people from lower socio-economic groups tend to be less healthy than those of the better-off people.

In the higher socio-economic groups, the leisure-time physical activity is also more frequent and, consequently the life expectancy is higher. On the other hand, the food consumption is environmentally more burdening compared to the low-income households.

Environmentally sustainable food choices are similar to those in line with the nutritional recommendations. Increasing the use of plant-based items and prioritizing domestic, locally produced and seasonal products brings synergy effects. The health promotion perspective, in turn, connects nutrition and physical activity together. Physical activity and sustainability can also be linked, and it should be done within the frame of the policy of physical activity. Like in case of food, local and seasonal sports, walking or biking to work and other utility motion, are in line with the sustainability strivings, and they are within reach of everyone regardless of the income level.

The results from the health interventions targeted for various population groups have been encouraging, and the generated action models have been utilized in more extensive research and development projects. The experiences from both the interventions and from the development projects show that the varying needs of the different population groups should be better accounted for in the healthcare services.

The results of the study suggest that consumer information is utilized selectively. The consumers tend to make their decisions on the short term hedonistic grounds rather than based on the altruistic societal and environmental arguments, which are more remote both in time and space. In addition to information steering, also other instruments – public services, economic incentives, recommendations as well as legislation and regulation – should be effectively used to bring about the change in *modus operandi*. Participatory, actor-oriented approaches of the health promoting interventions could



be applied also to comprehensively promote sustainability strivings in various local level initiatives. Par excellence, practical measures regarding supply, accessibility visibility and marketing of the products and services are needed in order to change the everyday operational environment and public space so as to support sustainable choices.

The present inequity among the citizens threatens sustainability in many ways and from all directions. Changing the situation requires common principles from the whole policy field and all parties' commitment. In formulating policy goals, the consequent guiding principle for the societal development should be human and environmental well-being. The carrying capacity of the environment sets the limits to the society's economic growth, and the goals need to be adjusted within these limits. Instead of pushing the responsibility only onto the consumers, the policy steering should aim at securing the access of sustainable products and services for all. Sustainable choices should stand to rea-

son as the easiest, most economic and most attractive option.

The WELL-BEING project was carried out in 2011–2013 as a co-operation among three governmental research institutes: National Institute for Health and Welfare THL, MTT Agrifood Research Finland and Government Institute for Economic Research VATT. The project was funded by the Ministry of Social Affairs and Health, the Ministry of Agriculture and Forestry, Ministry of Employment and the Economy, the Ministry of Education and Culture together with the three research institutes.

---

**Key words:**

*sustainable development, health promotion, food, nutrition, diet, physical activity, policy goals, policy instruments, socio-economic groups, target groups, society, citizen, social sustainability*

---

# Sisällysluettelo

<b>1</b>	<b>Johdanto .....</b>	<b>11</b>
1.1	Hankkeen tausta .....	11
1.2	Kestävä kehitys ja kestävyys.....	11
1.3	Hankkeen tehtävänanto .....	13
<b>2</b>	<b>Aineisto ja menetelmät .....</b>	<b>14</b>
<b>3</b>	<b>Tulokset .....</b>	<b>16</b>
3.1	Kestävyys ja terveyden edistäminen politiikka-asiakirjoissa.....	16
3.1.1	Ravitseminen, liikunta ja terveys politiikka-asiakirjoissa .....	16
3.1.2	Kestävä kehitys asiakirjoissa .....	18
3.1.3	Poliittisten asiakirjojen keskinäinen yhteensopivuus.....	20
3.2	Ruokavalio, tottumukset ja ruoankulutuksen ympäristökuormitus eri väestöryhmissä .....	21
3.2.1	Liikunta eri väestöryhmissä.....	21
3.2.2	Ruokatottumukset eri väestöryhmissä .....	23
3.2.3	Ruoan kulutuksen ympäristövaikutukset eri sosioekonomisissa ryhmissä .....	25
3.3	Ohjaukset ja niiden vaikuttavuus .....	27
3.3.1	Määräykset ja normit .....	27
3.3.2	Informaatio-ohjaus: muodollinen ja epämuodollinen kasvatus .....	28
3.3.3	Edistämishankkeet .....	32
3.3.4	Interventiot.....	35
3.3.5	Eurooppalaisia kokemuksia ihmisen ja ympäristön hyvinvoinnin edistämisestä .....	36
3.4	Verotuksen ja tukien vaikutus kulutusvalintoihin .....	40
<b>4</b>	<b>Pohdintaa .....</b>	<b>42</b>
<b>5</b>	<b>Toimenpidesuosituksia .....</b>	<b>46</b>
	<b>Liite 1. HYVINVOIPA-hankkeen tuotokset.....</b>	<b>59</b>
	<b>Liite 2. HYVINVOIPA-hankkeen toteutus ja toteuttajat.....</b>	<b>61</b>



# 1 Johdanto

## 1.1 Hankkeen tausta

HYVINVOIPA-hankkeen kohteena oli suomalainen terveyden edistämisen politiikka sekä ruoka- ja liikuntapolitiikka kestävän kehityksen kontekstissa.

Terveyden edistämisen politiikka kattaa sekä rakenteelliset että yhteisölliset (sosiaaliset) ja yksilölliset edellytykset vaalia terveyttä tukevia valintoja. Tästä seuraa periaate ottaa terveydenedistäminen huomioon kaikissa politiikoissa (Health in all policies<sup>1</sup>).

Ruokapolitiikka koskee ruoantuotantoon ja -kulutukseen, valvontaan ja jakeluun liittyviä tavoitteita ja ohjauskeinoja. Tässä yhteydessä pohditaan, minkälaisia muutoksia tarvitaan elintarviketuotannon ja elintarvikkeiden kulutuksen rakenteeseen, ja minkälaisia yhteiskunnan ohjauskeinoja on käytettävissä, jotta ruokapolitiikka pitkän ajan kuluessa tukisi kestävyystavoitteita kansalaisten hyvinvoinnin ja perusoikeuksien turvaaminen on olennainen osa näitä tavoitteita.

Liikuntapolitiikan tavoitteena puolestaan on väestön hyvinvoinnin, kilpa- ja huippu-urheilun ja liikuntaan liittyvän kansalaistoitinnan edistäminen sekä lasten ja nuorten

kasvun ja kehityksen tukeminen. Liikuntapolitiikassa halutaan lisäksi edistää tasa-arvoa, suvaitsevaisuutta, kulttuurista moninaisuutta sekä ympäristön kestävä kehitystä<sup>a</sup>.

Niin terveyden edistäminen kuin kestävän kehityksen periaatteiden juurruttaminenkin on ollut näkyvästi esillä suomalaisessa yhteiskuntapolitiikassa viime vuosina. Ongelmiin on haettu ratkaisuja kaikilla kolmella edellä mainitulla politiikan sektorilla, mutta kullakin omista lähtökohdistaan ja toisistaan erillään. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen MTT:n, Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n ja Valtion taloudellisen tutkimuskeskuksen VATT:n yhteinen HYVINVOIPA-hanke (2011–2013) toi yhteen nämä ajankohtaiset poliittiset teemat.

HYVINVOIPA-hanke edustaa eri hallinnonalojen rajat ylittävää tiedeidenvälistä tutkimusta. Siinä kestävyyttä tarkasteltiin tuomalla käsite konkreettiseen asiayhteyteen eli terveydenedistämiseen liikunta- ja ravitsemus- ja ruokapolitiikan keinoin. Tämä muodosti yhteisen viitekehyksen, jonka puitteissa kestävyyskysymyksiä lähestyttiin eri suunnista.

## 1.2 Kestävä kehitys ja kestävyys

Kestävä kehitys on suomalaisenkin yhteiskuntakehityksen perusta, ja suomalaisissa poliittisissa asiakirjoissa kestävästä kehityksestä on paljon mainintoja. Kestävyysretoriikan ongelmana on kuitenkin sen käsitteellisyys ja yleisluontoisuus, minkä vuoksi tavoitteiden merkitys käytännön kannalta ei helposti avaudu. Kestävyyskysymykset ovat myös monitahoisia ja sellaisina hyvin hankalia (ns. wicked problems, esim.<sup>2,3</sup>, joita ei voida ratkaista korjaamalla vain yhtä kohtaa,

sillä silloin aiheutetaan ongelmia jollakin toisella osa-alueella.

Alun perin kestävä kehitys määriteltiin ”kehitykseksi, joka tyydyttää nykyhetken tarpeet viemättä tulevilta sukupolvilta mahdollisuutta tyydyttää omat tarpeensa”<sup>4</sup>. Määritelmää on myöhemmin tarkennettu tuomalla

<sup>a</sup><http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/?lang=fi>

mukaan ihmisen taloudellinen ja sosiaalinen toiminta. Ne tulee sovittaa yhteen luonnonvarojen käytön kanssa siten, että luonto ja inhimillisen elämän edellytykset säilyvät myös tuleville sukupolville<sup>5</sup>.

Johannesburgin kokouksessa puolestaan tuotiin painokkaasti mukaan sosiaalisen kestävyden oikeudenmukaisuuskysymykset, ja todettiin, että kestävä kehityksen edistäminen on kaikkea ihmistoimintaa yhdistävä päämäärä, joka tulisi sisällyttää kaikkiin politiikkoihin<sup>6, 7</sup>. Myös Millennium Ecosystem Assessment asiakirjoissa<sup>8</sup> ja kestävä kehityksen nykykeskustelussa<sup>9</sup> julkituodaan selvästi kestävä kehityksen ihmiskeskeinen lähtökohta. Luonnonvarojen riittävyys nähdään

reunaehtona, johon ihmistoiminta on sovitettava. Luonnon ja yhteiskunnan välinen yhteys onkin erottamaton. Ekososiaalinen sivistys<sup>10</sup> on tämän yhteyden ymmärtämistä, ja se on avain kestävyteen.

Käsitteitä ”kestävä kehitys” ja ”kestävyys” käytetään usein toistensa synonyymeina. Sitä ne eivät kuitenkaan ole. Kestävyys on toisaalta ihmistoiminnan sopeuttamista luonnon asettamiin reunaehtoihin ja toisaalta luonnon sopeutumista ihmistoimintaan. Kumpikin vaikuttaa toisiinsa, ja kestävyys on tasapainoilua luonnon ja ihmisen välillä. Tavoitteena on kansalaisten hyvä elämä ja ympäristön hyvinvointi, ”kukoistus” (flourishing<sup>11</sup>).



Käsitteeseen ”kehitys” sisältyy itsestään selvästi muutos, jonka suunta saattaa olla kohti kestävämpää tai kestävämmämpää tulevaisuutta. Kestävä kehitys on poliittista ohjausta ja käytännön toimia, joiden avulla yhteiskunta pyrkii kohti kestävyttä. Kestävyys-

kään ei ole staattinen tila, vaan tasapaino on dynaamista. Kestävyys rakentuu jatkuvasti uudelleen olosuhteiden muuttuessa ja uuden tietämyksen myötä. Dynaaminen tasapaino edellyttää yhteiskunnalta joustavuutta ja kykyä sopeutua muuttuviin olosuhteisiin<sup>12</sup>.

### 1.3 Hankkeen tehtävänanto

HYVINVOIPA-hankkeessa olemme tarkastelleet kestävästä kehitystä suomalaisen terveyden edistämisen sekä liikunta- ja ruokapolitiikan konteksteissa. Määrittelimme ensin kestävyuden tavoitteena: Kestävyys on ihmisen ja ympäristön hyvinvointia siten, että kansalaisten tasavertaiset mahdollisuudet kohtuulliseen elämään sekä yhteiskunnalliseen osallistumiseen on turvattu ekosysteemien kantokyvyn puitteissa. Kestävä kehitys puolestaan on pyrkimystä tähän päämäärään.

Tutkimuksen lähtökohtana olivat suomalaisen yhteiskunnan keskeisiksi ongelmiksi tunnistetut terveyserot eri väestöryhmien välillä sekä kulutuksesta johtuva ympäristökuormitus. Hanke pureutui siihen, miten ja miltä osin kestävä kehityksen periaatteet on onnistuttu tuomaan suomalaiseen sosiaali- ja terveyspolitiikkaan sekä ruoka- ja liikuntapolitiikkaan. Huomiota kiinnitettiin erityisesti alempien sosioekonomisten ryhmien mahdollisuuksiin noudattaa terveellisiä elintapoja ja edistää kestävästä kehitystä.

Tutkimustehtävänä oli

- tarkastella terveyden edistämistä, ruoka- ja liikuntavalintoja ja ruokahuollon kestävästä kehitystä koskevia poliittisia tavoitteita sekä arvioida tavoitteiden selkeyttä ja yhdenmukaisuutta kansallisen tason poliittisissa asiakirjoissa

- kuvata suomalaisen väestön ruoka- ja liikuntavalintojen nykytilanne kiinnittämällä erityisesti huomiota sosioekonomisten ryhmien välisiin eroihin fyysisessä aktiivisuudessa ja ruokatottumuksissa sekä ruoan kulutuksen ympäristövaikutuksissa
- tarkastella käytössä olevia ohjauskeinoja ja niiden vaikutusta eri väestöryhmien elintapoihin.

Tässä loppuraportissa esitellään tiivistetysti hankkeen eri työpakettien keskeisimmät tulokset. Niiden merkitystä pohditaan hankkeen tehtävänannon sekä uusimpien, tämän tutkimuksen kannalta keskeisten poliittisten asiakirjojen taustaa vasten<sup>17–20</sup>. Hankkeen väliraporteissa on selostettu tutkimuksessa käytetty aineisto, menetelmät ja tulokset yksityiskohtaisesti<sup>13–16</sup>.

Raportin loppuun on koottu sellaisia asiakokonaisuuksia, jotka HYVINVOIPA-hankkeen tulosten perusteella ovat tähän mennessä jääneet liian vähälle huomiolle, ja joihin tulisi jatkossa erityisesti kiinnittää huomiota, jotta politiikan eri sektoreiden tavoitteita saadaan tukemaan toisiaan kestävästä kehityksen periaatteiden pohjalta.

Raportin ensimmäisessä (1.) liitteessä esitellään hankkeen tuotokset ja toisessa (2.) kuvataan hankkeen eteneminen sekä toteutus ja esitellään toteuttajat ja johtoryhmä.

## 2 Aineisto ja menetelmät

**P**oliittisten tavoitteiden tarkastelu perustui asiakirjojen laadulliseen sisällön analyysiin. Analysoitavana oli yhteensä kolmisenkymmentä kansallisen tason poliittista asiakirjaa viimeisten kymmenen vuoden ajalta (<sup>13</sup> Liite 1). Aineisto sisälsi eri asiakirjatyyppejä. Niitä olivat hallitusohjelmat, politiikkaohjelmat, periaatepäätökset, valtioneuvoston selonteot eduskunnalle, toimintaohjelmat, strategiat, suositukset, selvitykset sekä arvioinnit. Lisäksi tarkastelussa oli mukana tällä hetkellä käytössä oleva kansallinen ohjeistus perusopetuksen toteutukseen. Tarkastellut asiakirjat käsittelevät ravitsemusta, ruokaa, liikuntaa ja kestävästä kehitystä joko painottaen yhtä näkökulmaa tai teemat ovat mukana osana laajaa kokonaisuutta, jolloin asiakirjoja tarkasteltiin vain soveltuvin osin. Kestävän kehityksen, terveyden edistämisen ja ruoan osalta tulokset on

julkaistu<sup>13</sup>. Tässä loppuraportissa on otettu huomioon vielä muutama aivan tuore asiakirja, joita tutkimusvaiheessa ei vielä ollut saatavilla<sup>17, 21–27</sup>.

Tutkimusmenetelmänä käytettiin asiakirjojen laadullista sisällönanalyysiä. Tulosten tulkinta perustui kestävän kehityksen käsitteeseen<sup>4, 8, 28</sup> sekä kestävän ruokahuollon kriteereihin, jotka ovat: (1) kulutuksen oikeudenmukaisuus ja huoltovarmuus; (2) ruoan terveellisyys ja turvallisuus; (3) taloudellinen toteutettavuus; (4) ruoan kulttuurisuus ja omaleimaisuus; (5) eettisyys; (6) ekologinen kestävyys sekä (7) hyvä aistinvarainen laatu<sup>29–32</sup>.

Väestön terveyden ja elintapojen nykytilan kuvauksen pohjana olivat THL:n laajat tilastolliset tutkimustietoaineistot ja kyselytutkimukset. Tarkastelua varten yhdisteltiin olemassa olevia THL:n väestöaineistoja ja niistä tehtiin uusia analyyseja. Lisäksi koottiin ajankohtaisimmat tutkimustulokset<sup>14</sup>.

Tutkimusaineisto käsitti suomalaisen aikuis- ja eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys<sup>33, 34</sup>, alueellinen terveys-tutkimus<sup>35</sup>, Terveystutkimus 2000-, FINRISKI- ja Finravintotutkimusten<sup>36, 37</sup> aineistot, koululaisia koskevat WHO:n koululaistutkimuksen<sup>38</sup> ja kouluterveyskyselyjen<sup>39, 40</sup> sekä yläkoulututkimuksen<sup>41</sup> ja Terve Lapsi -tutkimuksen aineistot<sup>42</sup>. Näissä tutkimuksissa ruokavalioita on tutkittu kahden edeltävän päivän haastattelulla, ruokapäiväkirjoilla ja ruoankäytön frekvenssilomakkeilla.

Liikunnan harrastamista on kysytty kansallisilla ja kansainvälisesti sovelletuilla kysymyssarjoilla. Kouluikäisten liikuntaa seurataan kouluterveyskyselyllä, mutta sen sijaan pienten lasten toistuvaa seurantaa ei ole toteutettu.

Ruoan kulutuksen kestävyyttä tarkasteltiin yhdistämällä Tilastokeskuksen kotitalouk-



sia koskevan kulutustutkimuksen tilastoaineisto<sup>43</sup> ja ruoan ravitsemuksellista laatua koskeva tietokanta<sup>44</sup> ruoankulutuksen ympäristövaikutuksia koskevaan tietoon<sup>45</sup>, jossa ekologista kestävyyttä on arvioitu kahden indikaattorin (ilmastovaikutus ja rehevöityminen) perusteella. Analyysissä käytettiin tilastollisia menetelmiä ja tulosten merkittävyyttä arvioitiin tilastollisin testein<sup>15</sup>. Jatkossa THL:n ja MTT:n yhteistyössä on tarkoitus jatkaa tätä analyysiä uusien väestötutkimusaineistojen ja kotitalouksien kulutustutkimuksen parissa.

Erlaisia ohjauskeinoja ja niiden vaikuttavuutta sekä terveellisten elämäntapojen että ympäristökuormitusta vähentävien valintojen omaksumiseen selvitettiin meta-analyysin avulla käymällä läpi viimeaikaista aiheeseen liittyvää tutkimusta ja kokoamalla kirjallisuutta lähteenä käyttäen kokemuksia kotimaisista interventioista<sup>14,b</sup>. Lisäksi koottiin katsaus siitä, minkälaisia ohjauskeinoja on käytössä EU-alueella ja minkälaisia kokemuksia niistä on saatu (Irz, julkaisematon katsaus). Taloudellisia ohjausmahdollisuuksia tarkasteltiin käymällä läpi EU-maissa sovellettavia taloudellisen ohjauksen käytäntöjä ja vaikuttavuutta. Erikseen selvitettiin vielä Suomen makeisveroa, Tanskan rasvaveroa ja Unkarin roskaruokaveroa sekä näiden terveysvaikutteisten verojen vaikutusta hintaan ja kysyntään (Rauhanen 2013).

Kunkin osatehtävän tutkimusmenetelmät ja tulokset on kuvattu yksityiskohtaisesti hankkeen neljässä väliraportissa<sup>13–16</sup>. Niissä tarkastellaan myös tulosten luotettavuutta.

<sup>b</sup> myös Vorne & Pinolehto, julkaisematon katsaus



Kuva: Kalervo Ojutkangas



Kuva: Antero Aaltonen/THL



## 3 Tulokset

### 3.1 Kestävyys ja terveyden edistäminen politiikka-asiakirjoissa

Ensimmäisen työvaiheen tehtävänä oli selvittää minkälaisia tavoitteita, perusteita ja toimenpiteitä voidaan tunnistaa kestävää kehitystä ja terveyden edistämistä koskevassa poliittisessa puheessa, mitkä ovat terveydenedistämisen politiikan perusteet, tavoitteet ja kohderyhmät sekä minkälaisia eroavaisuuksia ja yhdenmukaisuuksia poliittiset asiakirjat sisältävät, kun kyse on ruokapolitiikasta ja ympäristökuormituksesta. Tältä pohjalta määriteltiin kolme tutkimustehtävää: 1) ravitsemus, liikunta ja terveys poliittisissa asiakirjoissa, 2) kestävä kehitys poliittisissa asiakirjoissa ja 3) poliittisten asiakirjojen keskinäinen yhteensopivuus.

#### 3.1.1 Ravitsemus, liikunta ja terveys politiikka-asiakirjoissa

Terveyden edistämisen politiikka kattaa rakenteelliset, yhteisölliset ja yksilölliset edellytykset terveyttä tukevien valintojen vaalimiseksi. Kaksi keskeistä ongelmaa, jotka poliittisessa puheessa nostetaan esiin, ovat terveyserojen kaventaminen ja ylipainon vähentäminen<sup>26, 46–48</sup>. Terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämislinoista on laadittu periaatepäätös<sup>49</sup> ja sitä noudattava yksityiskohtainen toimenpidesuunnitelma. Ratkaisuna esitetään huomion kiinnittämistä ravitsemukseen<sup>21, 50, 51</sup> ja liikuntaan<sup>49, 52–54</sup> tai kokonaisvaltaisemmin elintapoihin vaikuttamista<sup>47, 48</sup> sekä joukkoruokailun kehittämistä<sup>55</sup> ottamalla huomioon eri kohderyhmien tarpeet. Kohderyhmittäiset tavoitteet ja keinot ruoka- ja liikuntapolitiittisissa asiakirjoissa niiden toteuttamiseksi on esitetty yksityiskohtaisesti Hyvinvoipa-projektin väliraportissa (<sup>13</sup> Liite 2).

Poliittisten toimenpiteiden tärkeimpinä kohderyhminä ovat lapset, nuoret ja perheet. Työikäiset, ikääntyneet ja alemmat sosioekonomiset ryhmät mainitaan myös. Maahanmuuttajat, pitkäaikaistyöttömät, fyysisesti vajaakuntoiset sekä mielenterveyskuntoutujat tuodaan esiin erityisryhminä. Väestön sosioekonomiset erot tunnustetaan, mutta sekä ikääntyneitä että alempia sosioekonomisia ryhmiä tarkastellaan homogeenisinä ryhminä ottamatta huomioon sitä, että molempien ryhmien sisällä on hyvin erilaisissa taloudellisissa ja sosiaalisissa elämäntilanteissa eläviä ihmisiä. Erityisesti korostetaan tarvetta tukea vaikeassa asemassa olevien kansalaisten mahdollisuuksia omaksua terveelliset elämäntavat.

Suomalaisessa poliittisessa keskustelussa voidaan tunnistaa terveyden edistämisen rakenteelliset ongelmat. Siitä kertoo ensinnäkin se, että sosiaali- ja lainsäädäntöä uudistetaan<sup>56</sup>. Lisäksi kuntia kannustetaan kehittämään liikuntaa kunnallisena peruspalveluna, ts. tarjoamaan lähiliikuntapaikkoja ja lisäämään sekä matalan kynnyksen liikuntatiloja että esteettömiä liikuntatiloja<sup>48, 49, 52</sup>. Valtion ohjauksen ongelmana kuitenkin on, että suositusten noudattaminen on kunnille vapaaehtoista. Kunnat toimivat kuitenkin aktiivisesti muun muassa edistämällä terveysliikuntaa, ja toimintaa seurataan TEA-viisarin<sup>c</sup> avulla (verkopalvelu, joka kuvaa kuntien ja alueiden terveydenedistämisaktiivisuutta). Tarkasteluissa asiakirjoissa sosiaalityön ja terveydenhuollon yhteistyö näyttäytyi ohuena. Tämä olisi kuitenkin tärkeätä, sillä koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevat voidaan tavoittaa juuri sosiaalityön kautta.

c <http://www.thl.fi/TEAviisari>

Ehkäisevän kansanterveystyön tavoitteena on vähentää elintapoihin vaikuttamalla kansansairauksien riskitekijöitä ja ylipainoisuutta. Tarkastelluissa asiakirjoissa terveyserot pelkistetään epäterveellisistä elintavoista ja ylipainosta johtuviksi. Näin näyttäisi olevan erityisesti alempien sosioekonomisten ryhmien, huonokuntoisten keski-ikäisten miesten ja joidenkin miesvaltaisten ammattiryhmien suhteen. Poliittiset asiakirjat osoittavat vastuun terveydestä pääsääntöisesti kansalaiselle itselleen, ja ne antavat ainakin ymmärtää, että opastuksella ja ohjauksella voidaan viime kädessä vaikuttaa yksilön valintoihin eli terveyskäyttäytymiseen. Tämä korostaa kansalaisten terveydenhuoltokäyntien luonnetta ja sisältöä, ja terveydenhuoltolain mukaan kuntien tuleekin järjestää riittävästi ennaltaehkäisevää neuvontaa. Perinteisessä kansan-

terveystyössä ihmiset nähdään pikemminkin toimenpiteiden kohteena kuin omat tarpeensa tunnistavina kansalaisina. Jäykkä auktoriteettiasenne näkyy siinä, että asiakirjoissa usein kirjoitetaan ”terveisiin elämäntapoihin ohjaamisesta”, ”terveellisistä valinnoista” ja ”kasautuneista elämäntapaongelmista”. Itse taustaolettamusta ei kyseenalaisteta. Yksilön hyvinvointiin vaikuttavista yksilöllisistä, yhteisöllisistä ja yhteiskunnallisista tekijöistä puhutaan vain kohderyhmän erityisvaatimusten huomioon ottamisena. Keskeisenä ongelmana esitetään sen sijaan se, että kaikkia ihmisryhmiä ei tavoiteta olemassa olevien instituutioiden kautta. Tosin yhteisöllisyyden uudet muodot tunnistetaan ja esitetään voimavarana, jonka avulla yksilöiden terveyskäyttäytymiseen voitaisiin vaikuttaa<sup>57</sup>.



### 3.1.2 Kestävä kehitys asiakirjoissa

Tarkastelluissa poliittisissa asiakirjoissa kestävä kehityksen käsite toistuu tavan takaa. Se on mukana julkilausuttuna kaikissa muissa paitsi terveyden edistämistä koskevilla asiakirjoissa. Niissä ei kestävydestä juurikaan mainintoja ole. Poliitiikkapuhetta vaivaa kuitenkin konkretian puute, sillä asiaa lähestytään usein hyvin yleisin sanakääntein eikä sitä ole kunnolla avattu politiikkatavoitteiden asettelussa. Koska kestävä ruokahuollon käsite on vasta vakiintumassa, ei asiakirjoissa liitetä ruoan terveellisyyttä lainkaan kestävyyspuheeseen. Jopa käsite kestävä kehitys, joka on yläkäsite ja pitää sisällään sosiaalisen, ekologisen ja taloudellisen ulottuvuuden, rinnastetaan joskus sen kestävyden sisältöön esimerkiksi näin: ”Suomi edistää ihmisoikeuksien, demokratian, oikeusvaltioperiaatteen ja kestävä kehityksen toteutumista kaikkialla maailmassa<sup>58</sup>.

Sosiaalisen kestävyden näkökulma on tavalla tai toisella mukana kaikissa asiakirjoissa, mutta useimmiten yhteys kestävyteen on julkilausumaton (piiloinen). Puhutaan kansalaisten yhdenvertaisista mahdollisuuksista, tasa-arvosta, oikeudenmukaisuudesta sekä yhteisöllisyyden merkityksestä, mutta

yhteys kestävyystavoitteisiin jää lukijan tulkittavaksi. Etenkin terveyden edistämistä koskevilla asiakirjoissa, joissa kiinnitetään huomiota terveyserojen kaventamiseen ja tarkastellaan tavoitteita eri kohderyhmien kannalta, kestävyden sosiaalinen ulottuvuus on piiloinen, vaikkakin selkeästi tunnistettavissa. Kansalaisten vaikutusmahdollisuuksista, jotka nekin ovat kestävyden ydintä, on hyvin vähän mainintoja missään asiakirjassa.

Julkilausuttuja kestävyysmainintoja tuodaan esiin lähinnä ympäristö- ja talouskysymyksissä. Asiakirjoissa mainitaan usein ruoan aiheuttama ympäristökuormitus. Silloin puhutaan ennen muuta kasvihuonekaasupäästöistä ja vesistöjen ravinnekuormituksesta. Konkreettisia kestävyystavoitteita onkin esitetty nimenomaan ympäristökysymysten yhteydessä<sup>27, 59, 60</sup>.

Talousnäkökulma kantaa huolta väestön epäedullisesta ikärakenteesta (huoltosuhteesta) johtuvasta talouden kestävyysvajeesta. Kestävyden reunaehdoksi määrittyy selkeästi talous, joka nähdään tasa-arvoisen hyvinvointiyhteiskunnan edellytyksenä. Uhkaavan kestävyysvajeen torjumiseksi tarjotaan talouskasvua, joka perustuu työllisyyden ja kilpailukyyn vahvistamiseen, joskin todetaan, että talouskasvun täytyy olla myös ekologi-



sesti ja sosiaalisesti kestävä. Hyvä terveyskin nähdään paitsi yksilön etuna myös kansantalouden kilpailuetuna. Viime kädessä tällöinkin kysymys on talouden kestävydestä<sup>26</sup> Taloudellista eriarvoisuutta, joka on keskeinen sosiaalisen kestävyuden kannalta, ei sen sijaan nähdä kestävyyskysymyksenä. Talouskasvun mahdollisuuksia haetaan alalta kuin alalta. Tavoitteena on kehittää myös elintarvikesektoria voimakkaan kasvun alana niin kotimaista kysyntää kuin vientiäkin ajatellen<sup>26, 61, 62</sup>. Huomiota kiinnitetään erityisesti PK-yritysten kilpailukykyyn ja kannattavuuteen<sup>23, 26, 61–64</sup>.

Eri ryhmille osoitetuissa ravitsemussuosituksissa kestävä kehitys käsitettä käytetään hyvin harvoin. Näissä asiakirjoissa ruokaa lähestytään ennen kaikkea fyysisen terveyden kannalta, mutta viitataan myös ruoan merkitykseen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lähteenä<sup>21, 50, 51, 55, 65</sup>. Kestävä kehitys mainitaan ohimennen, ja se liitetään lähi-, luomu- kasvis ja sesonginmukaiseen ruokaan<sup>21, 50, 51, 55, 65</sup>. Muutosta on kuitenkin odotettavissa, kun ravitsemussuositukset päivitetään 2014.

Kestävä kehitys tematiikkaa kokonaisvaltaisesti käsittelevissä asiakirjoissa kestävyyskysymykset ymmärretään ja tuodaan julki paljon monipuolisemmin kuin muissa asiakirjoissa. Kestävien ruokatottumusten edistämistä perustellaan paitsi ympäristökykyisyyksillä myös kansalaisten hyvinvoinnin säilymisen peruskysymyksenä<sup>66, 67</sup>.

Yhtäältä esitetään, että taloudellista ohjausta käytetään tehokkaasti edistämään kestävä tuotantoa ja kulutusta<sup>59</sup> ja että kestävien valintojen tulee olla helppoja, houkuttelevia ja edullisia<sup>27, 49, 55, 55</sup>. Myös julkisten toimijoiden merkitystä kestävien kulutustapojen edistäjänä korostetaan<sup>27, 60, 64, 68</sup>. Julkisen aterian vaikutus nähdään sekä suorana että välillisenä. Suurten hankintamäärien vuoksi ruokapalvelut voivat hankinnoillaan, aterialainnoillaan ja toimintatavoillaan sekä säästää ympäristöä että myös esittää kestävyttä koskevia vaatimuksia tuottajille<sup>60, 61, 66, 67</sup>.



Kuva:Tero Takalo-Eskola/EkoCentria

Ennen kaikkea painotetaan kuitenkin välillistä vaikutusta ja julkisten ruokapalvelujen roolia esimerkkinä ja kasvattajana<sup>60, 61, 68</sup>.

Toisaalta painotetaan hyvin paljon kuluttajien vastuuta. Elintarvikealalla kuluttajalähtöisyys nähdään kilpailukykyä vahvistavana toimintaperiaatteena. Kuluttajakentän epäyhtenäisyys tunnustetaan, samoin ruoan merkitys kannanottona. Lähtökohtana ovat kuluttajien tarpeet ja niihin vastaaminen, ja kaupalta odotetaan kykyä reagoida erilaisen kuluttajaryhmien tarpeisiin pitämällä yllä laajaa tuotevalikoimaa<sup>21, 23, 27, 59–62, 64</sup>. Luottamus informaatio-ohjaukseen ja kuluttajien valintojen merkitykseen ihmisen ja ympäristön hyvinvoinnin edistämässä näyttäytyy vankkana. Ohjauksena korostuu kuluttajille suunnattu tuoteinformaatio<sup>25, 61, 61, 62, 64, 68</sup>.

Kestävyden julkilausumaton näkökulma liittyy toisaalta ruokakulttuurikysymyksiin toisaalta kansalaisten taloudellisiin, sosiaalisiin ja sivistyksellisiin oikeuksiin (TSS-oikeuksiin). Ruokakulttuurista puhutaan erikseen: 2007 hallitusohjelman pohjalta käynnistettiin suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelma, ja ruokakasvatusta ja suomalaisen ruokakulttuurin edistämistä painotetaan myös suomalaisen ruokapolitiikan tavoitteina<sup>58, 61</sup>. Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelma toteutettiin vuosina 2008–2011. Sen avulla pyrittiin mm. kohottamaan ruoan arvostusta ja kehittämään sen laatua sekä ohjaamaan ravitsemuskäyttäytymistä. Huomiota kiinnitettiin erityisesti ruokakasvatukseen. Koulu- ja päiväkotiruokailu

nähdään olennaisena osana sekä opetus- ja kasvatustehtävää että lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämistä. Kysymyksessä on siten myös kansanterveydellisesti merkittävä asia<sup>68</sup>. Ohjelma myötävaikutti myös ruokakulttuuriprofessorin perustamiseen 2011. Nimitys on ensimmäinen laatuaan Suomessa ja maailmanlaajuisestikin harvinainen<sup>69</sup>.

Laaja-alaisen ruokaymmärryksen ja ruokaan liittyvän arjen taitojen hallinnan tarve tunnustetaan. Lisääntyvä napostelu, pika-ruokailu ja valmisruokien käyttö on etäännyttänyt ihmiset ateriointirytmistä, ruoasta ja ruoan valmistamisesta sekä sen alkuperästä. Tämä on johtanut myös ongelmiin ravitsemuksessa. Kiinnostus ruokaan ja ruokakulttuuriin nähdäänkin terveellisten ruokataapojen edellytyksenä<sup>62</sup>. Ruokakasvatuksella voidaan myötävaikuttaa kestävämpien ruokavalintojen omaksumiseen ja lisätä laadukkaan ruoan arvostusta. Ruokailutottumukset omaksutaan omakohtaisten kokemusten kautta. Sen vuoksi päivittäistä koulu- ja päiväkotiruokailua halutaan kehittää kasvatuksellisia tavoitteita silmälläpitäen. Ruokatietämystä voidaan lisätä myös lapsille ja nuorille suunnatun kerhotoiminnan kautta. Tämä edellyttää, että ruokakasvatusta käsitellään myös opettajien ja päiväkotihenkilökunnan perus- ja täydennyskoulutuksessa<sup>61, 68</sup>.

Joukkoruokailusta todetaan, että se on keskeinen osa suomalaista ruokakulttuuria, sillä reilu kolmasosa suomalaisista ruokaillee henkilöstöruokalassa tai käyttää muita ruokapalveluita päivittäin<sup>21, 50, 51, 55, 61, 64, 68</sup>. Ruokailun yhteisöllinen merkitys tunnustetaan. Joukkoruokailun katsotaan edistävän psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia niin päiväkodeissa, kouluissa, työpaikoilla kuin vanhustenhuollossakin, sillä yhdessä ruokaileminen lujittaa sosiaalisia kontakteja ja tuottaa kokonaisvaltaista hyvää oloa. Huomiota kiinnitetään ateriarhythmiin ja itse ateriointitilanteeseen. Ruokailu opiskelun lomassa tai henkilöstöravintolassa tarjoaa hengähdystauon ja seurusteluhetken kesken työpäivän<sup>21, 50, 51, 55, 61, 64, 68</sup>.

Lähiruoan suosimista perustellaan kulttuurin näkökulmasta. Omaleimaisen suomalaisen ruokakulttuurin perusta on rikkaassa maakunnallisessa ja seudullisessa ruokakulttuurissa. Lähiruoka nähdään tärkeänä myös siksi, että se tukee kansallista ruokahuoltoa ja ylläpitää huoltovarmuutta etenkin kriisitilanteissa.. Lähiruoka lisää myös tietämystä ruoan tuotantoketjusta, raaka-aineista ja historiasta ja nostaa siten ruoan arvostusta<sup>55, 63, 64, 68</sup>.

### 3.1.3 Poliittisten asiakirjojen keskinäinen yhteensopivuus

Poliittisten asiakirjojen sisällöt on lähtökohdaisesti muotoiltu siten, että niiden välillä ei ole selkeitä ristiriitoja. Joitakin ristiriitoja kuitenkin löytyi ympäristö- ja talousnäkökulmien välillä. Niitä ei tuoda julki teksteissä, mutta ne voitiin tunnistaa vertaamalla toisiinsa asiakirjoissa lausuttuja tavoitteita ja toimenpiteitä. Kun elintarvikemarkkinoiden kehitys ymmärretään koko nykyisen tuotannon arvonlisäyksenä, on selvää, ettei tällainen kehitys suoraan tue esimerkiksi siirtymistä kasvispainotteisempaan ruokavalioon. Elintarvikevalikoiman kehittäminen kuluttajien ostotapahtumien mukaisesti ja tarjonnan heijastuminen ostoksissa muodostavat päätelmäketjun, jossa markkinoiden valta-asemassa olevia elintarvikkeita ostetaan eniten. Markkinat eivät voi toimia samanaikaisesti sekä kuluttajien enemmistön mieltymysten mukaan että yhteiskuntavastuullisuuden edelläkävijöinä, sillä yhteiskunta- ja ympäristövastuullisuus vaatii proaktiivisuutta reaktiivisuuden sijaan, eikä esimerkiksi elintarvikevalinnoista tiedottaminen yleensä lähde kuluttajan tarpeista. On myös ristiriitaista pyrkiä siihen, että kestävä kehityksen mukaisten (ruoka)valintojen tulisi olla houkuttelevia, edullisia ja helposti saatavilla, kun toisaalta edellytetään, että kuluttajien pitäisi olla valmiita maksamaan laadusta.

Vaikka tarkastelluissa asiakirjoissa suoranaisia ristiriitoja ei juurikaan ole, jää politiikkaohjauksen synergiaetuja käyttämättä sen vuoksi, että lukuisissa kysymyksissä asioita katsellaan tietyistä näkökulmista, ja se näkökulma ei ole kestävyys. Puhutaan esimerkiksi paljon ravitsemuksesta ja terveellisistä ruokavalinnoista ja keskitytään yksinomaan ruoan kulutuksen terveydellisiin vaikutuksiin, muttei kiinnitetä huomiota siihen, täyttääkö terveellinen ruoka kestävyyskriteerit<sup>21, 50, 51, 55, 65</sup>. Sen sijaan kestävä kehitys käsittelevät asiakirjat<sup>59, 66</sup> ottavat huomioon sekä ruoan terveys- että ympäristövaikutukset.

## 3.2 Ruokavalio, tottumukset ja ruoankulutuksen ympäristökuormitus eri väestöryhmissä

Hyvinvoipa-hankkeen toisessa osatehtävässä pureuduttiin terveydenedistämisen ja kestävyystavoitteisiin tarkastelemalla, miten eri sosioekonomisten ryhmien ruoka- ja liikuntatottumukset eroavat toisistaan ja näkyvätkö erot ruoankulutuksessa myös eroina ruoankulutuksesta aiheutuvassa ympäristökuormituksessa. Tässä yhteydessä tarkasteltiin sosioekonomisten ryhmien ruokavalintoja ja niiden aiheuttamaa ympäristökuormitusta.

Väestön terveyserojen taustalla ovat yksilön taloudelliset ja sosiaaliset voimavarat, ja tämän takia terveyspalveluiden käytössä ja elintavoissa on suurta vaihtelua. Valtioneuvoston periaatepäätös terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämislinoista<sup>49</sup> asetti väestötasolla neljä päätavoitetta: 1) riittävästi liikkuvien määrä kasvaa ja liikunnasta syrjäytyneiden määrä vähenee, 2) ravitsemussuositusten mukaisesti syövien määrä kasvaa, 3) ylipaino ja lihavuus vähenevät sekä 4) terveyttä edistävät ruoka- ja liikuntatottumukset yleistyvät erityisesti heikossa sosioekonomisessa asemassa olevilla väestöryhmillä. Ravitsemussuositusten mukaisen ruokavalion päätavoitteiksi esitettiin kasvisien, hedelmien ja marjojen käytön lisäänty-

Tavoitteenasettelussa saattaa myös olla ongelmia: vaikka julkiset toimijat on valjastettu kestävien ruokatottumusten edelläkävijöiksi, on tarkastelluissa asiakirjoissa tavoitteet asetettu nykytilanteen tasolle. Uusimmissa asiakirjoissa tavoitteita on tarkistettu kunnianhimoisemmiksi<sup>27, 64</sup>, mutta niissä ohitetaan suomalaisten kuntien talousahdinko ja toteuttamiseen tarvittavat taloudelliset resurssit. Lisäksi asiakirjoissa painotetaan joskus lähtökohdiltaan hyvin erilaisia asioita kuten yhtäältä kuluttajien vastuuta ja toisaalta kestävien valintojen houkuttelevuutta.

minen sekä tyydyttyneen rasvan, suolan ja sokerin käytön väheneminen. Tavoitteiden saavuttamista on arvioitu STM:n sosiaali- ja terveyskertomuksessa<sup>70</sup>.

Viime vuosina on paljon puhuttu kotitalouksien kulutuksen aiheuttamasta ympäristökuormituksesta ja ruoan osuudesta siinä. Koska kotitalouksien päivittäinen kulutus liittyy syömiseen, asumiseen ja liikkumiseen, myös ruokavalinnoista johtuvan ympäristökuormituksen osuus on mittava. Esimerkiksi ruoan osuus koko ruokaketju mukaan luetuna on noin neljäsosa kulutuksen aiheuttamista kasvihuonekaasupäästöistä<sup>71</sup>, ja vesistöjä rehevöittävästä ravinnepäästöistä sen osuus on yli puolet<sup>72</sup>.

### 3.2.1 Liikunta eri väestöryhmissä

Tarkasteltaessa liikuntaa ja ravitsemusta väestö jaoteltiin työikäisiin (25–64 v), lapsiin ja nuoriin (< 25 v) sekä ikääntyneisiin (65–84v). Sosioekonomisen aseman kuvaajana oli yleisesti käytetty aikuisen – lapsen

kyseessä ollessa – huoltajan koulutusvuosien lukumäärää, joka on laajasti saatavilla oleva sosiaalista taustaa kuvaava muuttuja. Kukin ikäryhmä jaettiin koulutustaustan perusteella kolmeen sosioekonomiseen luokkaan, ja kussakin luokassa tarkasteltiin vielä erikseen miehiä ja naisia. Työikäisten luokassa erotettiin tarvittaessa (esim. työmatkaliikunnassa) työssäkäyvät ja työttömät. Erityisryhmien elintavoista on toistaiseksi vähän tutkimustietoa saatavilla. Joitakin viitteitä saatiin erilaisten interventioiden kautta<sup>73</sup> (kts. seuraava luku).

Fyysisen aktiivisuuden eri muotoja eri väestöryhmiä edustavissa aineistoissa kartoitettiin vapaa-aikana, työmatkoilla, luonnossa ja rakennetussa ympäristössä. Mittareina käytettiin vapaa-ajan liikunta-aktiivisuutta sekä liikkumattomuutta ja pitkäaikaista istumista.

Vapaa-ajan liikunnan osalta kehitys on ollut pääpiirteissään myönteistä. Se on hieman lisääntynyt työ- ja eläkeikäisillä viimeisen kymmenen vuoden aikana. Selvästi enemmän kuin joka toinen työikäisistä harrastaa vapaa-ajan liikuntaa vähintään kaksi kertaa viikossa, mutta harrastamiskertoja ja rasittavuutta olisi kuitenkin aiheetta lisätä. Eläkeikäisistä, 65–84-vuotiaista, runsas puolet teki päivittäin puolen tunnin kävelylenkin tai harrasti muuta liikuntaa vähintään neljä kertaa viikossa. Yli 75-vuotiaista noin

puolet on lopettanut liikunnan harrastamisen. Iän myötä pitkäaikaissairaudet ja mahdollinen ylipaino vaikuttavat liikkumiseen ja heikentävät ennen kaikkea huonossa sosioekonomisessa asemassa olevien liikkumismahdollisuuksia.

Koulutuksella näyttäisi olevan vaikutusta myönteiseen kehitykseen: vapaa-ajan fyysinen aktiivisuus on yleisintä pitkään koulutettujen aikuisten keskuudessa, kun taas vähemmän koulutettujen joukossa vapaa-ajan fyysinen aktiivisuuskin on vähäisempää. Koulutuksen mukainen ero näkyy myös nuorilla, sillä liikuntaharrastus on yleisempää lukiolaisilla kuin ammatillisissa oppilaitoksissa opiskelevilla. Työttömät harrastavat vapaa-ajan liikuntaa jonkin verran työssäkäyviä enemmän, ja molemmissa ryhmissä naiset ovat jonkin verran aktiivisempia liikkuja kuin miehet.

Arki- ja hyötyliikunta eivät näyttäisi olevan yhteydessä koulutustasoon. Rakennetun ympäristön tai kevyen liikenteen väylien merkitystä vapaa-ajan liikunnan harrastamiseen tai arkiliikuntaan on toistaiseksi tutkittu vähän. Ammattiasema näyttäisi vaikuttavan liikunta-aktiivisuuteen ainakin työmatkojen suhteen siten, että työmatkaliikunta on vähäisempää ruumiillista työtä tekevilla miehillä kuin istumatyötä tekevilla. Naisten joukossa työntekijät ja alemmat toimihenkilöt





ovat ylemmissä asemissa olevia aktiivisempia työmatkaliikkuja. Alimmissa tuloluokissa työmatkaliikunta on kuitenkin harvinaisempaa molemmilla sukupuolilla. Vapaa-ajan liikunnan vähäisyys vähemmän koulutettujen ryhmässä selittyy ainakin osittain sillä, että ruumiillinen työ on siinä ryhmässä paljon yleisempää kuin muilla, joten vapaa-ajan liikunnan tarvekin on vähäisempi.

Varsinainen ongelma onkin liikkumattomuus ja pitkäaikainen istuminen. Se on lisääntynyt kaikissa väestöryhmissä, sillä hyvin monilla suuri osa päivästä on istumista niin päiväkodissa, koulussa, kulkuneuvoissa kuin työssä, laitoksissa ja kotonakin. Ns. ruutu-aikaa kuvaava mittari osoittaa, että etenkin lasten ja nuorten liikkuminen on vähentynyt viimeisten 10 vuoden aikana siinä määrin, että liikunnan puute on jo selkeä uhka terveydelle<sup>39, 40</sup>. Nuorten terveyserot muodostuvat viimeistään toisen asteen koulutuksen aikana, ja koululaisten monipuolisen liikumisen taustalla on yleensä vanhempien hyvä taloudellinen asema. Leikki-ikäisten liikunta-aktiivisuuteen äidin koulutustaso ei näyttänyt vaikuttavan, mutta jo peruskoulun yläasteella oppilaat harrastivat liikuntaa yleisemmin, jos äidillä oli enemmän kou-

lutusta. Tärkeät terveyden ja hyvinvointia edistävän liikunnan linjaukset koskevatkin istumisen vähentämistä ja liikunnan lisäämistä sekä huomion kiinnittämistä liikuntaan keskeisenä tekijänä terveyden edistämisessä. Niissä myös korostetaan sitä, että mahdollisuudet fyysisesti aktiiviseen elämään pitää ottaa huomioon eri hallinnon aloilla ja eri organisaatioissa<sup>53</sup>.

### 3.2.2 Ruokatottumukset eri väestöryhmissä

Eri väestöryhmien ruokatottumuksia tarkasteltiin ravitsemussuosituksen keskeisten mitareiden osalta. Näitä ovat rasvan ja kovan rasvan liian runsas saanti, suolan ja sokerin runsas saanti, D-vitamiinin saanti sekä kasvien, hedelmien ja marjojen käyttö. Tarkastelu perustui olemassa oleviin väestötutkimuksiin ja niistä julkaistuihin tuloksiin. Tuloksia arvioitiin nykyisten suomalaisten ravitsemussuosituksen<sup>65</sup> pohjalta. Tässä raportissa tuloksia tarkastellaan myös uusien pohjoismaisten ravitsemussuosituksen taustaa vasten<sup>74</sup>.





Kuva: Pirjo Mattila/MTT



Kuva: Tapio Tuomela/MTT:n arkisto



Kuva: Olga Pihlman/MTT:n arkisto



Kuva: Mirva Lindström

Kasvien, hedelmien ja marjojen päivittäinen käyttö on ravitsemussuosituksen perusta, sillä näitä elintarvikkeita suosimalla lisätään kuitupitoisen hiilihydraatin, vitamiinien ja kivennäisaineiden saantia. Tämä puolestaan on nähty hyödylliseksi kroonisten tautien ehkäisyyn ja painonhallinnan kannalta. Ravitsemussuosituksen päivittäinen tavoite on 400 g kasviksia, hedelmiä ja marjoja<sup>65</sup>. Sydänliitto suosittelee 500 grammaa päivässä<sup>75</sup>, ja syövän ehkäisemiseksi ruokavalion tulisi syöpäjärjestöjenkin mukaan perustua kasvikunnan tuotteisiin<sup>76</sup>. Tässä suhteessa kehitys on pitkään jatkunut myönteisenä koko väestön osalta. Aikuisväestöstä naiset ovat saavuttaneet 400 gramman päivittäiskäyttötavoitteen, eivätkä miehetkään ole siitä kaukana. Ruokavalion muuttaminen kasvipainotteisemmaksi on kuitenkin hidasta, sillä myös lihatuotteiden kulutus on ollut jatkuvasti kasvanut.

Sosioekonomisten ryhmien väliset erot ruokavalinnoissa ilmenevät ennen kaikkea kas-

visten ja hedelmien käytössä. Koulutettu väestönosa käyttää alempiin sosioekonomisiin ryhmiin verrattuna keskimäärin enemmän kasviksia ja hedelmiä. Ero on erityisen selvä eläkeikäisen väestön keskuudessa. Koulutusryhmien väliset erot näkyvät etenkin miehillä myös kovan rasvan käytössä.

Terveysten kannalta suomalaisen ruokavalion keskeisimpiä ongelmia ovat sokerin ja kovan rasvan liiallinen käyttö. Sokerin käyttö on lisääntynyt väestön kaikissa ikäryhmissä, mikä heikentää ruokavalion ravitsemuksellista laatua. Myös kovan rasvan osuus on viidessä vuodessa kasvanut kaikissa ikäryhmissä 14 prosenttiin kokonaisenergiasta, ja se ylittää siten suositellun enimmäistason (10 prosenttia energiasta). Kovan rasvan liiallinen käyttö näyttää lisääntyneen erityisesti vähän koulutetuilla<sup>77</sup>.

Suomalaiset syövät myös liikaa lihaa ja lihavalmisteita. Ruoankäyttötutkimusten mukaan niiden kulutus on noin 150 gram-

maa henkeä kohti päivässä. Ravintotaseen mukaiset lihan ja lihavalmisteiden kulutusluvut ovat huomattavasti suuremmat: keskimäärin noin 1,5 kg henkeä kohti viikossa. Keskimääräinen lihan ja lihavalmisteiden kulutus on Suomessa viime vuosina kasvanut. Miehet ovat lisänneet ruokavalionsa kanaa, mikä on kasvattanut lihankulutusta erityisesti heidän joukossaan. Pohjoismaiden suositus ohjeistaa vähentämään punaisen lihan ja lihavalmisteiden kulutusta<sup>74</sup>. Syöpäehkäisevän väestötason ruokavalion suositukseksi on esitetty alle 300 g lihaa ja lihavalmisteita viikossa<sup>76</sup>.

D-vitamiinin käyttösuositus vaihtelee ikäryhmittäin ja D-vitamiinia käyttösuositusta on tarkistettu ylöspäin, aikuisilla 10 ja yli 75-vuotiailla 20 µg:ksi päivässä<sup>74</sup>. Finravinto 2012 -tutkimuksen tulosten mukaan tämä tavoite keskimäärin saavutetaan, sillä elintarvikkeisiin on lisätty D-vitamiinia, ja lähes puolet aikuisikäisistä käyttää myös D-vitamiinilisää. Mahdollisten riskiryhmien tutkimus on toistaiseksi tekemättä.

Suolan käytön suositus on naisilla 6 g/vrk ja miehillä 7 g/vrk<sup>65</sup>. Suositusmääriin päässeiden osuus aikuisväestöstä on jatkuvasti kasvanut, eturintamassa ovat korkeasti koulutetut naiset. Suolaa käytetään silti edelleen liikaa, ja vuonna 2012 suolan saanti oli runsaampaa kuin viisi vuotta aikaisemmin.

Ruokapalveluista hyötyvät ennen kaikkea päiväkotilapset, koululaiset ja opiskelijat sekä työssä käyvä väestö. Työikäisten joukossa on kuitenkin eroja ruokapalveluiden saavuttavuudessa tai niiden käytössä. Vähemmän koulutetut jäävät useimmin näiden palveluiden ulkopuolelle, tai he käyttävät niitä vähemmän (ylempiin) toimihenkilöihin verrattuna. Ruokapalvelujen saatavuus on erityisen ongelmallista, kun kysymyksessä on työelämän ulkopuolella oleva väestönosa; ikääntyneet, työttömät tai heitä vielä heikommissa taloudellisissa asemassa olevat jäävät usein järjestettyjen ruokapalvelujen ulkopuolelle.

### 3.2.3 Ruoan kulutuksen ympäristövaikutukset eri sosioekonomisissa ryhmissä

Eri väestöryhmien ruoankulutuksen ympäristövaikutuksia selvittäessä tarkasteltiin erityyppisiä kotitalouksia (yksinasuvat naiset ja miehet, pariskunnat). Ne jaettiin edelleen kotitalouden viitehenkilön<sup>d</sup> koulutustasutan perusteella kolmeen ryhmään, tulotason perusteella viiteen ryhmään, viitehenkilön ammattiaseman perusteella kolmeen ryhmään (työttömät, eläkeläiset ja muut). Kulutustasojen vertailun helpottamiseksi tähän tarkasteluun otettiin mukaan vain yhden ja kahden aikuisen lapsettomat kotitaloudet. Otos (n = 424) kattaa yli puolet Tilastokeskuksen kotitalousaineistosta (n = 4007).

Jotta olisi voitiin muodostaa kokonaiskuva kotitalouksien ruoankulutuksen aiheuttamasta ympäristökuormituksesta, tarkasteltiin ensin koko aineistoa. Tulokset olivat yhden-suuntaiset aiempien tutkimusten kanssa, mutta sekä ilmasto- että rehevöitymisvaikutusindikaattorit osoittivat, että suomalaisten kotitalouksien ruoankulutuksen ympäristövaikutuksissa on hyvin suurta vaihtelua.

Kun eri elintarvikeryhmien ympäristövaikutuksia tarkasteltiin suhteessa niiden energiasältöön, tulokset olivat linjassa aikaisempien tutkimustulosten kanssa: Eläinperäiset tuot-

<sup>d</sup> Kotitalouden viitehenkilö. Kotitalous voi muodostua yhdestä tai useammasta henkilöstä. Kotitalouden viitehenkilöksi määritellään yleensä haastattelun yhteydessä se kotitalouden jäsen, jonka henkilökohtaiset tulot olivat viimeisten 12 kuukauden aikana suurimmat. Viitehenkilön mukaan määräytyy osa kotitalouksien luokittelutiedoista. Tällaisia luokituksia ovat esimerkiksi kotitalouden sosioekonominen asema ja koulutusaste. [http://www.stat.fi/meta/kas/kotital\\_viite.html](http://www.stat.fi/meta/kas/kotital_viite.html)

teet, liha- ja maitotaloustuotteet, ovat ympäristön kannalta kaikkein kuormittavimpia. Eri elintarvikeryhmien energiatiheys ja niiden ympäristövaikutukset eivät kuitenkaan aina korreloineet suoraan keskenään, vaan niiden välillä oli myös käänteistä korrelaatiota. Esimerkiksi rasvat ja sokeri ovat hyvin energia-pitoisia, mutta niiden tuottamisesta aiheutuva ympäristökuormitus ei ole kovin iso. Yksinkertainen ilmasto- ja rehevöittävyys-indikaattoreiden (kg CO<sub>2</sub>- ja kg PO<sub>4</sub>-ekvivalenttia) varianssianalyysi osoitti, että suomalaisten kotitalouksien kulutustottumukset vaihtelevat sekä ruoan määrään että sen laadun suhteen ja että tämä vaihtelu näkyy selkeästi myös ympäristökuormituksessa.

Tutkimuksen seuraavassa vaiheessa tarkasteltiin ruoankulutuksen ympäristövaikutuksissa havaittua vaihtelua kotitalouksien sosioekonomisten muuttujien pohjalta. Näitä olivat kotitalouksien rakenne, tulotaso sekä viitehenkilön koulutus, ikä ja ammattiasema. Tulokset osoittivat, että eri sosioekonomisissa ryhmissä erot ruoan kulutuksen ympäristövaikutuksissa ovat määrällisesti huomattavia, ja ne ovat myös tilastollisesti merkitseviä. Pienituloisiin kotitalouksiin verrattuna

hyvätuloisissa kotitalouksissa ostetaan ylipäänsä enemmän ruokaa, ja ostetun ruoan ympäristövaikutukset ovat suurempia. Ero näkyy myös tarkasteltaessa kotitalouksia koulutustason perusteella: korkeammin koulutettujen ryhmässä ruokavalinnat kuormittavat ympäristöä enemmän kuin vähemmän koulutetuilla.

Tilastollisesti vahvin yhteys on kotitalouksien tulotason ja ympäristövaikutusten välillä, ja se näkyi kaikissa kolmessa kotitaloustyypissä. Verrattuna alimpaan tulotasokvintiiliin oli ylimpään kvintiiliin sijoittuvien kotitalouksien vaikutus sekä ilmastoon että rehevöitymiseen keskimäärin jopa puolet enemmän (37–52 % CO<sub>2</sub>-ekvivalenttia, 33–50 % PO<sub>4</sub>-ekvivalenttia). Vaihtelu riippui siitä, ovatko kysymyksessä yksinelävät miehet, yksinelävät naiset vai lapsettomat parit. Tuloluokkien väliset erot selittyivät ennen kaikkea kulutetun ruoan määrällä. Ruokavalintojen laatu selittää noin kolmasosan ympäristövaikutuksista. Ympäristövaikutukset olivat myös sitä suuremmat mitä korkeampaan koulutusluokkaan kotitalous asettui, joskaan tässä korrelaatio ei ollut yhtä vahva kuin tulotason ja ympäristövaikutusten välillä. Ero-



jen taustalla ovat pääasiassa erilaiset ruokavalinnat, ei ruoan määrä. Korkeammassa koulutusluokassa olevat kotitaloudet valitsevat runsaasti sellaisia elintarvikkeita, joiden ympäristökuormitus on suuri. Ero alimpiin koulutusluokkiin kuuluviin kotitalouksiin oli ilmastovaikutuksen osalta 11 % ja rehevöittäviin päästöihin nähden 16 %.

Kotitalouden viitehenkilön ikä ja hänen ruoankulutuksensa aiheuttama ympäristökuormitus kytkeytyvät toisiinsa ylösalaisin käännetyn U-käyrän mukaisesti: iän kasvaessa myös ympäristökuormitus kasvaa, mutta kääntyy vanhemmissa ikäluokissa laskuun. Erot ikäluokkien välillä voivat olla melko suuria. Esimerkiksi kotitaloudet, jotka kuuluvat ikäluokkaan 50–59 vuotta, tuottavat keskimäärin liki puolet enemmän ilmastoa kuormittavia päästöjä verrattuna alle 30-vuotiaiden kotitalouksiin. Tilanne on toinen, kun ympäristökuormitusta tarkastellaan ravinnon energiasisällön suhteen; mitä nuorempaan ikäluokkaan kotitalous kuului, sitä suurempi on ympäristökuor-

mitus. Vanhemman väestön kotitalouksien elintarvikevalinnat ovat siten keskimäärin ympäristöystävällisempiä.

Kotitalouden viitehenkilön ammattiasemalla (työtön, eläkeläinen, muu) ja ruoankulutuksen aiheuttamalla ympäristöympäristökuormituksella ei näytä olevan merkittävää yhteyttä. Energiasisältöön suhteutettuna eläkeläisten ruokavalinnat kuormittavat ympäristöä kuitenkin selvästi vähemmän kuin ammattiasemaan perustuvat kotitalousryhmät.

Ruoankulutuksen suhteellinen osuus menoista pienenee tulotason kasvaessa. Tulokset viittaavat siihen, että ruoankulutuksesta aiheutuva ympäristökuormitus kasvaa kotitalouden tulotason kasvaessa. Toivottua irtikytkentää käytettävissä olevan varallisuuden kasvun ja ympäristökuormituksen välillä ei siis ole nähtävissä. Varakkaamman väestönosan ruokavalinnat ovat ympäristön kannalta vähemmän kestäviä kuin pienempituloiseen väestön.

### 3.3 Ohjaukeinit ja niiden vaikuttavuus

Osatehtävässä kolme tarkasteltiin erilaisia käytettävissä olevia ohjaukeinoja, niiden soveltamista terveydenedistämässä ja kestävyystavoitteiden toteutumisessa sekä mahdollista näyttöä niiden vaikuttavuudesta. Ohjaukeinit on jaoteltu 1) normiohjaukeeseen, 2) informaatio-ohjaukeeseen, joka kattaa sekä muodollisen että epämuodollisen kasvatuksen ja opetuksen, 3) interventioihin ja 4) edistämishankkeisiin. Lopuksi tarkastellaan EU-maista saatuja kokemuksia eri ohjaukeinojen vaikuttavuudesta. Koska neljäs työpaketti keskittyi kokonaan taloudelliseen ohjaukeeseen, sitä tarkastellaan erikseen seuraavassa alaluvussa (3.4)

#### 3.3.1 Määräykset ja normit

Normiohjaukeella tarkoitetaan lainsäädännöllisiä keinoja eli lakeja ja sitovia säädök-

siä. HYVINVOIPA-hankkeen kannalta keskeinen normi on 2011 voimaantullut Terveydenhuoltolaki<sup>e</sup>, jonka tarkoituksena on edistää ja ylläpitää väestön terveyttä ja hyvinvointia sekä kaventaa väestöryhmien välisiä terveyseroja. Laki määrittelee kunnan tehtävät ja velvoittaa kunnan myös seuraamaan asukkaidensa terveyttä ja hyvinvointia ja niihin vaikuttavia tekijöitä ja toteutettuja toimenpiteitä. Puutteita on ilmennyt koettua hyvinvointia, sairauksien yleisyyttä, toimintakyvyn rajoitteita sekä lasten terveyttä ja elintapoja koskevissa tiedoissa. Erityisesti pienten kuntien edustajat kokivat tarvitsevansa asiantuntijatukea tietojen hyödyntämiseen<sup>78</sup>.

<sup>e</sup> Terveydenhuoltolaki (1326/2010). <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>

Ravitsemusta koskevan normiohjauksen tavoitteena on lisätä ja parantaa kansalaisten ravitsemusta ja rajoittaa epäterveellisten ruokien markkinoimista lapsille. Se tarkoittaa elintarvikkeiden koostumukseen ja niistä annettuihin tietoihin liittyviä säädöksiä tai ravitsemustiedon sisällyttämisestä terveysneuvontaan<sup>79</sup>. Yleisillä sekä niihin perustuvilla väestöryhmittäin kohdennetuilla<sup>21, 50, 51, 55, 65</sup> ravitsemussuosituksilla ohjataan kansalaisten ruokavalintoja ja joukkoruokailun suunnittelua. Niitä käytetään ravitsemusopetuksen ja -kasvatuksen perusaineistona sekä arvioitaessa eri väestöryhmien ruoankäyttöä ja ravintoaineiden saantia. Ravitsemussuositusten asema on siten hyvin vakiintunut, ja tässä yhteydessä ravitsemussuositukset sisällytetään normiohjaukseen.

Liikunnassa normiohjauksen kannalta keskeinen laki on liikuntalaki<sup>f</sup>, joka määrittelee, miten hyvinvointia ja terveyttä edistävät liikuntapalvelut on kunnissa järjestettävä. Koululiikuntalainsäädäntö puolestaan ohjaa lasten ja nuorten liikunnan harastamista. Yleisiin ravitsemussuosituksiin<sup>65</sup> samoin kuin uusiin pohjoismaisiin ravitsemussuosituksiin<sup>74</sup> on sisällytetty myös liikuntasuositukset.

Ympäristölainsäädäntö säätelee tuotannosta aiheutuvaa ympäristökuormitusta, mutta muuta normiohjausta kestävyystavoitteiden edistämiseksi on toistaiseksi vähän. Laki julkisista hankinnoista määrittelee palvelujen ja tuotteiden kilpailutuksen. Kestävä tarjoomus tai elintarvike on määritelty: ”se on mahdollisimman lyhyen toimitusketjun tai sesongin mukainen tuote, tai se on tuotettu luonnonmukaisesti tai todennettavasti vastuullisten periaatteiden mukaisesti”<sup>60</sup>. Lisäksi on annettu suositukset julkista ateriaa silmäläpäitien<sup>80</sup> ja ohjeistus julkisten hankintojen viherryttämiseksi<sup>81</sup>.

Kasvatukseen liittyvänä normiohjauksena voidaan pitää OKKA-säätiön kestävän

kehityksen sertifiointia. Sen tavoitteena on sisällyttää kestävän kehityksen periaatteet oppilaitoksen johtamiseen, opetukseen ja toimintakulttuuriin. Kriteeristön monien teemojen joukossa ovat myös ravinto ja terveys sekä sosiaalinen kestävyys. Sertifiointi edellyttää paitsi oppilaitoksen itsearviointia myös ulkoista auditointia. Niiden avulla todennetaan kriteerien täyttyminen<sup>82</sup>.

Normiohjauksen myönteinen vaikutus tulee näkyviin viiveellä, mutta koska normit ovat melko pysyviä, niiden vaikutukset tuntuvat pitkään. Tämä näkyy mm. siinä, miten ravitsemussuositukset ovat jo usean vuosikymmenen ajan vähitellen muuttaneet suomalaisten ruokatottumuksia terveellisempään suuntaan<sup>83</sup>.

Normiohjaus on yleensä melko väljää ja jättää paljon liikkumavaraa. Toivottuja tavoitteita edistetään kuitenkin sekä informaatio-ohjauksen keinoin että erilaisin ohjelmin ja kohdistetuin interventioin. Viimemainittujen toteutukseen kunnat ja järjestöt voivat saada avustusta erillismäärärahoista.

### 3.3.2 Informaatio-ohjaus: muodollinen ja epämuodollinen kasvatus

Kasvatus on muodollista (formaalia), kun kasvatustavoitteet on virallisesti määritetty ja ne on kirjattu opetussuunnitelmaan. Elinikäinen oppiminen perustuu suurelta osin epämuodolliseen (informaaliin) kasvatukseen, jota edustavat ennen kaikkea media (kts. alla) ja eri järjestöjen tarjoama toiminta. Lisäksi erotetaan vielä ei-tutkintomuotoinen kasvatus (nonformaali). Se on koulutusta, joka esimerkiksi aikuisten täydennyskoulutuksen tapaan tähtää rajallisiin tavoitteisiin. Opetusta tarvitaan sekä kasvatuksessa että koulutuksessa.

<sup>f</sup><http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>



Epämuodollista kasvatusta on myös kaikki se tieto ja kaikki ne kokemukset ja aistihavainnot, joille ihminen elämänsä aikana altistuu. Ihmisen kasvuun vaikuttavat niin ympäröivä tietotulva ja sosiaalinen vuorovaikutus kuin luonto- ja taidekokemuksetkin. Epämuodollisen kasvatuksen kenttä on siis hyvin laaja. Tässä yhteydessä tarkastelu rajataan viestimiin, markkinointiin ja joukkoruokailuun.

*Muodollinen kasvat.* Ympäristö-, terveys- ja ravitsemuskasvatusta ovat tukevasti mukana suomalaisessa perusopetuksessa. Liikuntaa, terveyttä ja ruokaa koskevia asioita käsitellään sekä omina oppiaineinaan että yhteydessä muihin oppiaineisiin; esimerkiksi terveystieto käsittelee sekä liikuntaa että ruokaa. Ruokaan liittyvät asiat tulevat esiin luonnollisestikin kotitalouden yhteydessä, mutta myös monien muiden oppiaineiden yhteydessä kuten ympäristö- ja luonnontiedossa, biologiassa, kemiassa ja vieraisissa kielissä. Ravitsemuskasvatusta laajempi ruokakasvatuksen käsite osana kestävyyskasvatusta<sup>84</sup> ei kuitenkaan ole mukana nykyisissä opetussuunnitelman perusteissa. Kouluruokailuun ei ole yhdistetty opetuksen tavoitteisiin. Opetussuunnitelmassa puhutaan kyllä kouluruokailusta oppilashuollon yhteydessä ja kiinnitetään huomiota sen merkitykseen terveys-, ravitsemus- ja tapakasvatukseen kan-

nalta. Kytkenät opetuksen sisältöihin kuitenkin puuttuvat.

Nykyisessä opetussuunnitelmassa ei enää puhuta ympäristökasvatuksesta, vaan tilalle koulujen yleiseksi arvoperustaksi on tuotu kestävä kehityksen käsite. Tämä ilmenee perusopetuksen lähtökohdista: ”Arvopohjana ovat ihmisoikeudet, tasa-arvo, demokratia, luonnon monimuotoisuuden ja ympäristön elinkelpoisuuden säilyttäminen sekä monikulttuurisuuden hyväksyminen. Perusopetus edistää yhteisöllisyyttä, vastuullisuutta sekä yksilön oikeuksien ja vapauksien kunnioittamista”<sup>85</sup>. Kaiken opetuksen tulisi tukea tätä lähtökohtaa. Kestävyysnäkökulman tulisi sisältyä ns. läpäisyperiaatteen mukaisesti kaikkeen opetukseen ja kaikkiin oppiaineisiin samoin kuin koulun jokapäiväisiin käytäntöihinkin. Opetussuunnitelman perusteissa kestävä kehitys ja kestävä kehityksen periaatteet mainitaankin tavan takaa. Käsite on kuitenkin ilmaistu vain hyvin yleisellä tasolla eikä sitä ole millään tavoin selitetty. Ei myöskään ole kerrottu, miten se voisi opetuksessa tai koulun arjessa toteutua<sup>85, 86</sup>.

Suomalaisten koululaisten hyvä menestys PISA-vertailuissa osoittaa, että formaali kasvatusta on onnistunut tehtävänsä. Opetus on korkeatasoista ja se antaa oppilaille hyvät

eväät elämään. Kestävyyssasioiden kognitiivista ja käytännöllistä omaksumista ei kuitenkaan ole erikseen selvitetty.

*Nonformaali kasvat*us on kurssimuotoista koulutusta, joka ei tähtää tutkintoon, vaan sen tavoitteena on ammatillisen osaamisen laajentaminen ja tietojen päivittäminen. Koulutusta antavat erilaiset oppilaitokset. Näitä ovat ammattikorkeakoulut, yliopistojen erillislaitokset, ammattiopistot sekä kansan- ja työväenopistot. Myös tutkimus- ja kehittämishankkeiden puitteissa järjestetään usein niiden tavoitteita tukevaa ammatillista lisäkoulutusta (kts. alla Edistämishankkeet).

*Informaali kasvat*us. Median rooli informaatio-ohjauksessa on merkittävä. Erilaisten viestimien kuten television, sanomalehtien ja ennen kaikkea internetin välittämä tieto saavuttaa kerralla suuria ihmisjoukkoja. Internetin avulla informaatio-ohjauksesta on saatu interaktiivisempaa. Kansalaiset voivat osallistua ruokaan liittyviin tietovisoihin, laskea oman ruokalautasensa sisällön ympäristövai-

kutuksia tai jättää kysymyksiä ja kirjoittaa mielipiteitään esimerkiksi aiheita käsitteleviin artikkeleihin ja blogeihin.

Media on nostanut viime aikoina esille aiheita, jotka liittyvät ruokaketjuihin, raaka-aineiden alkuperään ja elintarviketuotannon ympäristövaikutuksiin. Elintarviketietojen vastuullisuus kiinnostaa kuluttajia, ja uutisotsikoissa ovat olleet näkyvästi esillä isot aiheet kuten epäeettinen kotieläintuotanto, maataloustyövoiman sosiaaliset kysymykset ja ruokahävikki. Ihan viime aikoina media on myös nostanut voimakkaasti esiin liikunnan vähäisyyden ja istuvaan elämäntapaan liittyvät terveysriskit. Yritykset puolestaan tunnistavat vastuullisuuden kilpailutekijänä ja tämän päivän megatrendinä.

Internetin vaikutus näkyy myös sosiaalisessa mediassa vellovassa keskustelussa, jonka välityksellä tieto leviää tehokkaasti ja laajalle. Keskustelu käy vilkkaana niin terveydenedistämisestä kuin ympäristöteemoistakin. Sosiaalisen median vaikutus tuntuu ennen



kaikkea yksittäisten ihmisten kulutusikäytymisessä, joka saattaa muuttua yllättävästi ja hyvinkin nopeasti. Esimerkiksi vähähiilihydraattinen ruokavalio, ”karppaus”, onnistui ainakin väliaikaisesti katkaisemaan suomalaisten ravitsemuskäyttäytymisessä pitkään jatkuneen myönteisen kehityssuunnan. Samalla keskustelu kotieläintuotantoon liittyvistä eettisistä ja ympäristökysymyksistä tuntui jossain määrin laimenneen. Koska sosiaalisessa mediassa kuitenkin nostetaan jatkuvasti esiin uusia teemoja, mitkään muutokset eivät kuitenkaan välttämättä ole pitkäaikaisia.

Ruokaa koskeva tuoteinformaatio on osa informaalia kasvatusta. Vaikka ruoka ja syöminen ovat osa päivittäistä arkea ja olemassaolon perusehto, nykyisin korostetaan hyvin paljon ruoan muita merkityksiä. Ruoan avulla viestitään myös elämäntyylistä ja ryhmäkuuluvuudesta<sup>87</sup>. Yksi arvostaa luomua, olipa sen alkuperämaa mikä tahansa, toiselle on tärkeää kotimaisuus tai kasvisruoka. Joku puolestaan painottaa tuotannon eettisyyttä tai aluetaloutta, joku taas ruokakulttuurikysymyksiä tai terveellisyttä. Kuluttajille suunnataan runsaasti ruokaa koskevaa tuoteinformaatiota, josta osa liittyy hedonistisiin tavoitteisiin (maku, terveellisyys, elämäntyyli) ja osa altruistisiin tavoitteisiin kuten ympäristö, eettisyys, yhteiskunta<sup>88</sup>. Merkintöjä on räätälöity hyvin erilaisille kuluttajaryhmille, ja merkintöjen kirjo on mittava. Lähtökohdista on, että kuluttajat tekevät tietoisia valintoja. Halutessaan he voivat sovittaa yhteen oman näkemyksensä mukaan toisaalta ruoantuotantoon ja -kulutukseen liittyvät ympäristökysymykset ja eettiset näkökohdat ja toisaalta ruoan terveellisuuden ja omat makumieltymyksensä. Kysymyksessä on kuluttajuuskasvatus, joka mainosten tapaan tähtää tuotteiden markkinointiin. Mainokset vetoavat mielikuviin, ja niiden tietotausta saattaa olla hyvinkin ohut. Tuotemerkinnot puolestaan painottavat nimenomaisesti tosiasioita eivätkä ne mainosten tapaan vetoa suoraan tunteisiin, vaan tutkituun tietoon.

Eviran teettämän seurantatutkimuksen mukaan suomalaiset lukevat aiempaa yleisemmin pakkausmerkintöjä ja ymmärrys elintarvikkeiden pakkausmerkinnöistä on kohentunut. ”Tuoreet kasvat” -pakkausmerkintäkampanja<sup>89</sup> on lisännyt kuluttajien tietoisuutta pakkausmerkinnöistä, ja pakkauksista etsitään entistä useammin päivämerkintöjä, koostumustietoja ja alkuperätietoja. ”Parasta ennen” ja ”viimeinen käyttöpäivä” -merkintöjen ero ei ole kuitenkaan täysin selvinnyt kuluttajille, vaikka niiden eroja selvitettiin näkyvästi kampanjavuoden aikana<sup>89</sup>. Ravitsemussuosituksen tukena pakkausmerkinnät ovat myötävaikuttaneet terveellisempien ruokavalintojen omaksumiseen, mutta selkeää näyttöä niiden tehosta ympäristö- ja yhteiskunnallisten epäkohtien korjaamisessa ei ole.

Luomutuotteiden myynnin volyymi on nelinkertaistunut vuodesta 2005 vuoteen 2012. Silti luomun markkinaosuus on vain 1,6 % eli noin 200 miljoonaa euroa<sup>90</sup>. Myös Reilun kaupan tuotteiden kulutus on kasvanut. Näitä tuotteita on ollut tarjolla Suomessa 15 vuoden ajan, ja niiden markkinaosuus on nyt prosentin luokkaa, eli noin 150 miljoonaa euroa<sup>91</sup>. Kulutus on siis muuttunut kestävämpään suuntaan, joskin muutos on vaatimaton. On mahdotonta arvioida, mikä osuus pelkällä tuotemerkillä on, sillä sekä luomutuotteiden että Reilun kaupan tuotteiden tuotevalikoima ja saatavuus ovat huomattavasti parantuneet viimeisten 15 vuoden aikana. Esimerkiksi kun Reilu kauppa tuli Suomeen 1998, tarjolla oli vain teetä ja kahvia. Nyt myynnissä on yli 1000 eri tuotenimikettä<sup>91</sup>. Tietoa siitä, miten merkinnät vaikuttavat kuluttajien ostokäyttäytymiseen on ylipäänsä vähän<sup>92</sup>.

Suuri osa kuluttajista kertoo, että he aikovat tulevaisuudessa lisätä luomu- ja lähi-

<sup>89</sup> [http://www.laaturketju.fi/laatonen/liitteet/Tuoreet\\_kasvat\\_KALENTERI.pdf](http://www.laaturketju.fi/laatonen/liitteet/Tuoreet_kasvat_KALENTERI.pdf)



ruoan käyttöä<sup>h</sup>. Kuluttajat myös kerotavat, että tieto hiilijalanjäljestä vaikuttaa ostopäätöksiin<sup>92</sup>. Tällä hetkellä hiilijalanjälkimerkintä on Suomessa käytössä kuitenkin vain harvoissa tuotteissa eikä tietoa todellisesta ostoskäyttäytymisestä näidenkään osalta vielä ole. Tutkimuksissa on lisäksi osoitettu, että vaikka kuluttajat kertovat olevansa erittäin kiinnostuneita ympäristöystävällisestä syömisestä, myötemieliset asenteet eivät välttämättä heijastu käyttäytymiseen<sup>92, 93</sup>. Mm. Keskon teettämän tutkimuksen mukaan 40–60 % kuluttajista väitti ottavansa kestävyysnäkökulman huomioon ostaessaan tuotetta, mutta todellisuudessa vain 10 % ostaa näitä tuotteita<sup>92</sup>. Lisäksi suomalaisten kuluttajien tiedot aiheesta ovat edelleen puutteellisia<sup>94</sup>.

Myös joukkoruokailu on tärkeä osa informaalia kasvatusta. Kunnallisten ruokapalvelujen merkitys on Suomessa tavattoman suuri, sillä jokainen suomalainen on niiden piirissä jossain elämänsä vaiheessa. Kunnissa on tarjolla yhteensä liki 500 miljoonaa ruoka-annosta vuodessa, ja yli puolet väestöstä kuuluu päivittäin käyttäjien piiriin<sup>95</sup>. Lakisääteisen kunnallisen joukkoruokailun lähtökohtana ovat ravitsemussuositukset. Tämä on osaltaan myötävaikuttanut terveellisten ruokatottumusten omaksumiseen. Koulu- ja päiväkotiruokailut nähdään myös olennaisena osana kasvatustehtävää, ja ne ovat siten keino edistää lasten ja nuorten hyvinvointia.

### 3.3.3 Edistämishankkeet

#### *Terveyden edistäminen*

Normiohjausta tukevan *Liikkuva koulu* -ohjelman (2010–2012) päämääränä oli vakiinnuttaa suomalaisiin kouluihin liikunnallinen toimintakulttuuri, joka hallitusohjelman linjausten mukaisesti tukee harras-

<sup>h</sup><http://www.sitra.fi/julkaisut/Selvityksi%C3%A4-sarja/Selvityksi%C3%A4%2029.pdf>

tusmahdollisuuksien tasa-arvon edistämistä lasten ja nuorten keskuudessa sekä liikunnallisen elämäntavan omaksumista ihmisen koko elämänkaaren ajan. Hankkeen pilottivaihetta rahoitti opetus- ja kulttuuriministeriö, joka painotti avustustensa jakamisessa lasten ja nuorten liikunnan kehittämistä<sup>96</sup>. Päätaavoitteena oli lisätä lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden määrää suositusten mukaiseksi. Hankkeessa pyrittiin edistämään liikuntaa valtakunnallisesti, vaikka nimenomaisesti liikuntaan kohdistuneita interventioita ei ole raportoitu. Hanketta pidettiin onnistuneena, mutta vaikutukset oppilaiden mitattuun fyysiseen aktiivisuuteen olivat vielä melko vähäisiä.

*Diabeteksen ehkäisy ja hoidon* kehittämishankkeiden (DEHKO 2000–2010) pohjusti Diabetesliiton käynnistämänä tyyppin 2 diabeteksen ehkäisyä, hoitoa, kehittämistä ja omahoidon tukemista. DEHKO:n puitteissa kehitettiin hoitokäytäntöjä ja hanke tuotti tutkimuksia ja selvityksiä<sup>97, 98</sup>.

*Ikihyvä Päijät-Häme* -hankkeessa 2002–2012 tutkittiin vanhenemisesta ja seurantatutkimuksen kautta tuotettiin tietoa alueen väestön terveydestä ja hyvinvoinnista. Lisäksi toteutettiin terveyden edistämisen interventioita sosiaali- ja terveyssektorin kanssa<sup>99</sup>. Elintapoihin liittyviä terveyden edistämisen hankkeita toteutettiin mm. valtimosairauksien ehkäisyssä ja hoidossa sekä tyyppin 2 diabeteksen ehkäisyssä<sup>73</sup>. Hanke osoitti, että elintapojen parantamiseen on mahdollisuuksia myös perusterveydenhuollon keinoin. Etenkin ryhmäneuvonta voi olla vaikuttavaa ja elämäntapamuutoksia on mahdollista edistää yhtä tehokkaasti koulutuksesta riippumatta<sup>100, 101</sup>.

Pitkäaikaistyöttömien keskuudessa tuen tarve on erityisen suuri ja myönteisiä muutoksia onkin saatu aikaan pitkäkestoisissa terveyden edistämisen hankkeissa<sup>102, 103</sup>. Tässä erityisryhmässä liikunta ja elintavat ovat välineitä toimintakyvyn kohentamiseen ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Sosiaali- ja terveysministe-



riö julkisti yhdessä opetus- ja kulttuuriministeriön kanssa valtakunnalliset terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan linjaukset. Niissä asetettiin tavoitteeksi hallinalojen yhteistyö fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi sidosryhmien kumppanuutta hyödyntäen ja luoden toimivia rakenteita<sup>53</sup>.

*Kunnossa kaiken ikää* -ohjelma<sup>i</sup> on edelleen käynnissä oleva valtakunnallinen opetus- ja kulttuuriministeriön ja sosiaali- ja terveysministeriön/RAY:n rahoittama toimintaohjelma. Sen tavoitteena on innostaa yli 40-vuotiaita säännöllisen liikunnan pariin ja luoda eri puolille Suomea helposti lähestyttäviä liikuntapalveluja. Ohjelmassa sivutaan myös ravinnon merkitystä kunnan ylläpidon kannalta.

*Voimaa vanhuuteen* -sivusto<sup>j</sup> tarjoaa tietoa terveysliikunnan hyvistä toimintatavoista päättäjille, eri ammattiryhmille, vapaaehtoisille ja ikäihmisille. Sivusto pohjautuu val-

takunnallisen *Voimaa vanhuuteen* – iäkkäiden terveysliikuntaohjelman (2005–2014) kokemuksiin.

#### *Kestävyystavoitteiden edistäminen*

Vuonna 2007 uudistettu julkisten palveluiden hankintalaki sallii ympäristö- ja yhteiskunnallis-taloudellisen kriteerien ottamisen huomioon hankinnoissa. Laki mahdollistaa kestävyyspainotuksen sekä ruoka- että liikuntahankintojen kilpailutuksessa. Poliittisten asiakirjojen<sup>27, 60</sup> linjausten pohjalta kestävyyspainotusta onkin pyritty tukemaan muun muassa ammattikeittiöille suunnatuilla hankkeilla, joissa keskeinen toimija on EkoCentria<sup>k</sup>.

*Portaat luomuun* -valmennusohjelman tavoitteena on vahvistaa luomuketjua, edistää luomutuotteiden käyttöä ammattikeittiöissä, koota luomutuotteisiin sitoutuneiden ammattikeittiöiden verkosto sekä ylläpitää sitä. Lisäksi tavoitteena on kerätä ja välit-

<sup>i</sup> <http://www.kki.likes.fi/>

<sup>j</sup> <http://www.voimaavanhuuteen.fi/fi/etusivu>

<sup>k</sup> <http://www.ekocentria.fi/>

tää tietoa luomun käytöstä ruokapalveluissa. Viisiportainen ohjelma antaa keittiöille mahdollisuuden edetä omaan tahtiinsa sovittaen toimintansa tuotteiden saatavuuden ja asiakkaiden toivomusten mukaan. Ohjelma käynnistyi jo vuonna 2002 Finfood Luomun, Elintarvikeviraston ja Luomukeittiökeskuksen (nykyisin EkoCentria) yhteistyönä, ja se jatkuu edelleen EkoCentrian ohjauksessa. Ohjelmaan osallistuminen on vapaaehtoista ja maksutonta. *Portaat luomuun* -ohjelma on tyypillinen edistämishanke, jolla on vahva poliittinen tuki. Rahoittajana on alusta alkaen ollut maa- ja metsätalousministeriö.

Ohjelman käynnistyessä luomun käyttö ammattikeittiöissä oli kutakuinkin olematonta. Ensimmäisenä vuonna ohjelmaan tuli mukaan 39 ammattikeittiötä. Runsaan 10 vuoden aikana lukumäärä on noussut pariin tuhanteen, ja valtaosa mukana olevista on kunnallisia ammattikeittiötä. Ohjelma on ammattilaisten keskuudessa hyvin tunnettu ja *Portaat luomuun* -keittiötä on eri puolilla Suomea. Koska suurin osa keittiöistä on valmennusohjelman ensimmäisellä tai toisella portaalla, luomun osuus ammattikeittiöiden käyttämisestä tuotteista on edelleen kuitenkin vain puolentoista prosentin luokkaa.

*KestITÄ* -hanke<sup>1</sup> on esimerkki alueellisista kehittämishankkeista. Se oli ESR-rahoitteinen hanke, joka toteutettiin Itä-Suomen alueella, Savonia-ammattikorkeakoulussa ja Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulussa vuosina 2009–2012. Hankkeen tavoitteena oli lisätä kestävä kehityksen osaamista ruokapalveluissa, ruokapalvelualan koulutuksessa sekä kehittämistyössä. Koulutuksia järjestettiin ruokapalveluille, opettajille ja kouluttajille, päättäjille, tuottajille sekä alan kehittäjille lähinnä Pohjois-Savon ja Pohjois-Karjalan alueilla. Hankkeen puitteissa järjestettyyn *Ekotehokas ammattikeittiö* -koulutukseen osallistui ruokapalveluhenkilöstöä eri kuntien keittiöistä, ja osana koulutusta

osallistujat tekivät osaan keittiöistä kestävä kehityksen katselmoinnin ja kestävä kehityksen ohjelman. Hankkeessa syntyi toimintatapoja, jotka ovat jääneet käytäntöön. Näitä ovat biojätteiden määrän seuranta, lähituotteiden käytön lisääntyminen, lautasmalli ja siihen sisällytetty terveystieto ja esimiesten sitoutuminen tavoitteisiin<sup>104</sup>. Hanke toistetaan kampanjaluonteisesti tietyin väliajoin, jotta sen vaikutukset saadaan säilymään. Hankkeen tuloksena on syntynyt mm. suurin osa EkoCentrian internet-sivustolla olevista opetusmateriaaleista.

Vuonna 2011 käynnistynyt *Ympäristöpassi* -hanke kannustaa ammattikeittäviä kestävä kehityksen mukaisiin hankintoihin ja ympäristövastuulliseen toimintaan. *Kestävät hankinnat -osaamisen edistäminen julkisissa ruokapalveluissa* (2011–2014) on edelleen käynnissä oleva hanke, joka tähtää lähiruoan osuuden kasvattamiseen julkisissa ruokapalveluissa. Hankkeessa vahvistetaan toimijoiden hankintaosaamista tarjoamalla koulutusta sekä haetaan lähiruoan edistämistä tukevia kilpailutuskriteereitä. Hanke on myös avaus sosiaalisen kestävyuden käsitteen tuomiseksi julkisen aterian yhteyteen.

*Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelma* (SRE68) toteutettiin vuosina 2008–2011. Ohjelma painotti ruoan ja ruoantekijöitten arvostamista, ruoan laatua, luomu- ja lähiruokaa, ravitsemuskäyttäytymistä sekä elintarvikealan kansainvälistymistä. Arvostus ruokaa kohtaan oli jo ohjelman alussa korkealla eikä se muuttunut ohjelman aikana. Sen sijaan suomalaisten asenteet pientuotajuuteen sekä paikalliseen (lähi)ruokaan ja suomalaiseen luomuruokaan muuttuivat entistä myönteisemmiksi. Asiaan myötävaikuttivat ohjelman lisäksi monien toimijoiden aktiivisuus sekä luonnollisuutta ja alkuperää arvostavat trendit. SRE:ssä kehitettiin toimia, jotka jäivät elämään hankkeen päätyttyä. MMM:n Laatuketju jatkaa ruoan arvostuksen nostamiseen tähtäävää työtä. Vanhempainliitto, lapsiasiavaltuutettu ja Suomen Lasten Parlamentti on haastettu jatkamaan

<sup>1</sup> <http://www.ekocentria.fi/kestita>

hanketoimijoiden kanssa kouluruoan puolesta puhumista. Makukoulu vakiintui osaksi monien päiväkotien toimintaa, ja sen kehittämistyötä jatkaa mm. Keski-Suomen sairaanhoitopiiri. Helsingin yliopistoon perustettiin ruokakulttuuriprofessori.

Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelma osoitti, että ilman organisoitua yhteistyötä ei pystytä rakentamaan vaikuttavia, jatkuvia kokonaisuuksia. Toimivan hallintomallin ominaisuuksiksi koettiin käyttökelpoinen yhteistyömalli, selkeät tavoitteet ja mittarit, yhteiset viestit rajatulle kohdeyleisölle sekä ilon ja innovatiivisuuden ilmapiiri<sup>68</sup>.

### 3.3.4 Interventiot

Interventiot ovat rajattuja ja tarkkaan kohdennettuja toimia, joita käytetään normiohjauksen tukena kehittämään uusia toimintatapoja. Onnistuneita interventiotutkimuksia sovelletaan laajemmissa kehittämishankkeissa (esim.<sup>73</sup>). Interventioista on kokemusta etenkin, kun on pyritty edistämään kansalaisten terveellisiä elintapoja. Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelman<sup>68</sup> (kts. edellä) myötä niin sanottu makukoulu on juurtunut osaksi pysyvää toimintaa useissa päiväkodeissa ja kouluissa. Makukoulu perustuu kokemukselliseen ja kokonaisvaltaiseen, kaikkia aisteja aktivoivaan oppimiseen. Sen avulla vaikutetaan lasten ruokailutottumusten muotoutumiseen.

Yläkouluikäisten ruokailuun ja ravitsemukseen kohdistetulla, sosiaalkognitiivisena mallina toteutetulla interventiolla<sup>41</sup> pyrittiin parantamaan kunnan tarjoaman kouluruoan arvostusta. Kouluruoan merkityksestä kerrottiin oppilaille, oppilaiden vanhemmille, opettajille sekä ruokapalvelun henkilökunnalle. Oppilaiden vanhemmat saivat myös mahdollisuuden tutustua tämän päivän koululounaaseen, johon kuuluu lämmin ruoka, juoma, leipä ja kasvislisäke. Interventio lisäsi paitsi oppilaiden osallistumista kouluruokailuun myös koko lounaan, ei siis vain tiettyjen lounaosien, syömistä. Tulokset osoittivat, että nuorten ravitsemukseen vaikutetaan parhaiten muuttamalla toimintaympäristöä terveellisiä valintoja suosivaksi ja että monilla koulun säännöillä ja toimintatavoilla voidaan vaikuttaa nuoriin. Myös varusmiesten parissa tehty interventio osoitti, että toimintaympäristön muutoksilla on mahdollista edistää terveiden elintapojen omaksumista<sup>105</sup>.

Työikäisten ja ikääntyneiden parissa toteutetut interventiot<sup>73, 98</sup> ovat osoittaneet, että terveydenhuollon ennaltaehkäisevä työ kannattaa. Interventioilla pyrittiin elintapamuutoksiin lisäämällä kasvien käyttöä ja liikuntaa, muuttamalla rasvan laatua ja lisäämällä ruokavalion kuitupitoisuutta. Elämänta-



Kuva: Seppo Saloranta

poihiin kohdistuva, perusterveydenhuollon keinoin toteutettu neuvonta osoittautui onnistuneeksi<sup>106</sup>. Yksilöllisten elintapojen muuttaminen suojasi tyypin 2 diabeteksen puhkeamiselta<sup>98</sup>.

Käytännön kokeiluja työttömille suunnatuista terveys- ja liikuntapalveluista on eri puolilla maata<sup>102, 103</sup>. Interventioista saadut tulokset osoittavat, että elintapamuutokset onnistuvat myös huonommassa sosioekonomisessa asemassa oleville. Suurin hyöty voidaan ehkä saada nimenomaan heille suunnatuista interventioista. Merkittäviä vaikutuksia voidaan saavuttaa jo vähäisillä toiminilla kuten ryhmäneuvonnalla ja pystyvyyden vahvistamisella, joka on koulutuksesta riippumatta yhtä tehokasta kaikkien interventioon osallistujien keskuudessa<sup>107</sup>. Kuitenkin sosioekonomista asemaa ja elintapainterventioita koskeva tutkimus on vähäistä<sup>108</sup>. Liikuntainterventioiden tuloksia on myös hankala yleistää, sillä niissä on käytetty erilaisia mittaustapoja<sup>109</sup>. Liikunnan edistäminen ei myöskään onnistu pelkästään terveydenhuollon toimesta<sup>73</sup>.

### **3.3.5 Eurooppalaisia kokemuksia ihmisen ja ympäristön hyvinvoinnin edistämisestä**

Kaikissa EU-maissa esiintyy samantapaisia ruokaan ja liikuntaan liittyviä ympäristö- ja terveysongelmia, ja ratkaisuja etsitään monella taholla. Kulutuskäyttäytymisen taustalla vaikuttavat vahvasti erilaiset maantieteelliset, sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät, mutta siitä riippumatta päämääränä on kaikissa maissa kestävämpien elintapojen omaksuminen. Katsaus erilaisten ohjauskeinojen toimivuudesta muulla Euroopassa on sen vuoksi paikallaan. Tässä yhteydessä tarkastellaan ruokavalintoja koskevia ohjauskeinoja.

#### *Terveyden edistäminen*

Terveellisten ruokatottumusten edistämistä politiikan keinoin on tarkasteltu hiljattain päättyneessä eurooppalaisessa *EatWell*-hankkeessa<sup>m,110</sup>. Siinä käytiin läpi toista sataa yksittäistä ohjaustoimenpidettä. Näitä olivat mainonnan rajoittaminen (5 kpl), tietokampanjat (38 kpl), ravitsemuskasvatus kouluissa (31 kpl), aikuisille suunnattu ravitsemuskasvatus (4 kpl), ravitsemusmerkinnät (4 kpl), verot ja tuet (3 kpl), kouluruokaa koskevat säädökset (13 kpl) työpaikkaruokailua koskevat säädökset (1 kpl), ravitsemussuositukset (1 kpl), yksityissektorille kohdennetut toimet (9 kpl) ja huono-osaisille kohdennetut toimet (2 kpl).

Tulosten tarkastelu osoitti, että tieto ohjauskeinojen vaikutuksesta elintapoihin on edelleen hyvin vähäistä. Tämä johtuu siitä, että vaikuttavuutta ei ole lainkaan arvioitu (36 %:ssa tapauksista) tai kuluttajien todellisen käyttäytymisen ja/tai todellisten terveysvaikutusten sijaan on arvioitu kuluttajien aikomuksia, tietämystä tai tuntemuksia<sup>111</sup>. Tämä on ongelmallista, sillä aikomukset eivät läheskään aina vastaa todellisuutta<sup>93</sup>. Lisäksi arvioissa on kiinnitetty huomiota ainoastaan tarkasteltavaan indikaattoriin ennen interventiota ja sen jälkeen ottamatta huomioon tekijöitä (esim. hinnanmuutokset), jotka eivät liity interventioon, mutta jotka vaikuttavat sen tulokseen. Kustannuksia ei useinkaan oteta huomioon interventioiden arvioinnissa, joten vaihtoehtoisten interventioiden kustannustehokkuudesta ei ole tietoa. Koska *EatWell*-hankkeen tuottama näyttö on ainoastaan suuntaa-antavaa, erilaisten interventioiden vaikuttavuutta arvioitaessa on oltava varovainen. Näitäkin tuloksia eri ohjauskeinojen vaikuttavuudesta voidaan kuitenkin käyttää tukena suunniteltaessa politiikkatoimia.

<sup>m</sup> <http://www.eatwellproject.eu/en/>

Informaatio-ohjauksen vaikuttavuuden suhteen tulokset ovat ristiriitaisia. Vaikutus näyttäisi olevan heikko, mutta myönteinen. Kustannustehokkuus on joka tapauksessa turvattu, sillä informaatio-ohjaus on melko halpa keino. Ei kuitenkaan ole todennäköistä, että pelkästään informaatio-ohjauksella saataisiin aikaan suuria muutoksia ihmisten käyttäytymisessä. Esteeksi muodostuvat joko rakenteelliset tekijät tai se, että ihmiset tekevät tietoisesti sellaisiakin valintoja, jotka eivät edistä terveyttä. Hankkeen tulosten pohjalta voidaan kuitenkin esittää joitakin johtopäätöksiä ja suosituksia:

a) *Lapsiin kohdistuvan mainonnan rajoittaminen* siten, että se kattaa nykyistä paljon laajemmin koko kentän. Aikuisille kohdistetun mainonnan rajoittamiselle ei EU-maissa juurikaan löydy tukea eikä näyttöä sen tehosta.

b) *Kampanjamuotoinen tietyn tuoteryhmän menekinedistäminen (sosiaalinen markkinointi)* on osoittautunut tehokkaaksi keinoksi lisätä hedelmien ja vihannesten kulutusta ja sitä kautta edistää terveellisiä ruokavalintoja<sup>112</sup>. Sosiaalista markkinointia voidaan kehittää edelleen ottamalla oppia kaupallisessa markkinoinnissa hyviksi osoittautuneista keinoista. Yksi esimerkki näistä on myös tunteisiin, ei vain tosiasioihin vetoaminen.

c) *Koulujen ravitsemuskasvatusta* pidetään hyvin tärkeänä EU-maissa. Sitä tulisi kehittää siten, että se kattaisi terveelliset elämäntavat laajemmin kuin vain ruoan osalta.

d) *Elintarvikkeiden pakkausmerkinnät* auttavat kuluttajia tekemään tietoisia valintoja, ja EU-maissa merkintöjä toivotaan. Elintarvikkeiden terveellisyyttä koskeva tuoteinformaatio tulisi sisällyttää myös ruokapalvelusektorille. On tärkeätä pitää mielessä, että asiakkaan kiinnostus, valppaus ja tiedonmaksumiskyky vaikuttavat merkintöjen hyödyntämiseen valintatilanteessa. Sen vuoksi merkintöjen ulkoasuun ja sijoittamiseen tulee kiinnittää huomiota (yksinkertai-

nen, johdonmukainen, helposti löydettävissä ja luettavissa).

e) *Kuluttajien toimintaympäristöön kohdistuvat toimenpiteet*, esimerkiksi epäterveellisten tuotteiden tarjonnan rajoittaminen, ovat myös osoittautuneet kustannustehokkaiksi. Niillä voidaan myös vaikuttaa tehokkaammin kulutustapoihin kuin informaatio-ohjauksella. Keinoja käytetään vielä verrattain vähän, mikä johtuu siitä, että vahvasti ohjaavina niitä pidetään yleisesti vähemmän hyväksyttävänä kun informaatio-ohjausta.

f) *Pienillä verotuksen muutoksilla* ei ole vaikutusta ja kulutusikäytymiseen. Jonkin verran on mallinnettua näyttöä siitä, että kulutukseen ja terveyteen voidaan vaikuttaa isoilla veronkorotuksilla. Vaikka luotettavaa empiiristä tutkimusta kulutusverojen vaikuttavuudesta ei ole, *Eat Well*-hanke suosittelee ns. terveysvaikutteisten verojen käyttämistä. Niillä voidaan kerätä tuloja, joilla rahoitetaan muita toimia terveellisten ruokatottumusten edistämiseksi.

g) Euroopassa ei ole kiistatonta näyttöä varsinaisten ruoka-autiomaiden (food deserts) olemassaolosta. On kuitenkin syytä selvittää tietyille alueille kohdistuvat toimenpiteet, joilla voidaan *parantaa nimenomaisesti huono-osaisen väestön* mahdollisuuksia päästä osalliseksi terveellisestä ruoasta.

h) *Valmistusprosesseja vapaaehtoisesti muuttamalla* voidaan merkittävästi parantaa elintarvikkeiden terveellisyyttä. Suolansaanti on tästä hyvä esimerkki. Suolan lisäksi valmistusvaiheessa pitäisi vähentää myös kovien rasvojen ja sokerin käyttöä tai lisätä tuotteeseen ravitsemuksen kannalta hyödyllisiä ainesosia.

i) Ravitsemuskasvatuksen rinnalla *koulu-ruokaa koskeva sääntely* on kustannustehokas tapa edistää terveellisiä ruokatottumuksia. Työpaikkaruokailun osalta ravitsemusta koskevan sääntelyn tehosta ei sen sijaan ole juurikaan näyttöä.

### *Ympäristökuormituksen vähentäminen*

Toimenpiteitä, joiden tavoitteena on ruokavalintojen muuttaminen ympäristöä vähemmän kuormittavaksi, on tutkittu paljon vähemmän kuin terveydenedistämistoimenpiteitä. Ympäristömerkinnöille on omistettu jonkin verran huomiota. Näyttää niiden vaikutuksesta kulutusvalintoihin on toistaiseksi hyvin vähän eikä niiden merkityksestä kestävän kulutuksen edistämisessä ole tietoa<sup>113</sup>. On monia tekijöitä, jotka vaikeuttavat kuluttajien mahdollisuuksia hyödyntää ympäristömerkintöjä<sup>114</sup>, ja kuuatta EU-maata koskeva empiirinen tutkimus osoitti, että merkinnot eivät juurikaan vaikuttaneet kuluttajien valintoihin<sup>115</sup>. Jotta kuluttajien yleinen huoli ympäristöntilasta konkretisoituisi myös heidän toimintatavoissaan, tarvitaan tehokkaita ohjauskeinoja. Niiden kehittäminen vaatii vielä paljon työtä eivätkä ympäristömerkinnot yksistään ole tehokkaita.

a) *Vihreä verotus* ruokavalintojen ohjaamiseksi kestävämpään suuntaan etenee hyvin hitaasti<sup>116</sup>. Kahden uudehkon mallintamistutkimuksen perusteella tämän ohjauskeinon voidaan odottaa olevan tehokas, vaikakaan tulokset eivät ole aivan yksiselitteisiä. Wirsenius ym.<sup>117</sup> arvioivat, että kotieläintalouden tuotteisiin kohdistettu 60 euron suuruinen vero hiilidioksidiekvivalentttonnia kohden vähentäisi maatalouden aiheuttamia kasvihuonekaasuja 7 % EU-27 maissa. Tanskalaisessa tutkimuksessa, jossa vero kohdistettiin kaikkiin elintarvikkeisiin, saatiin samansuuntaisia tuloksia, ja sen lisäksi kasvihuonekaasupäästöjen vähentämisen kustannukset verotuksen kautta osoittautuivat alhaisiksi. Verolla voi olla terveysvaikutustakin: Kun kuluttajat joutuvat itse maksamaan verosta aiheutuvan lisähinnan, se vähentää myös kovan rasvan ja sokerin käyttöä<sup>118</sup>.



b) Jotkut tukijat ovat sitä mieltä, ruoankulutuksesta aiheutuvaa ympäristökuormitusta voidaan merkittävästi vähentää uuden teknologian sekä vihreät julkiset hankinnat -strategian avulla. Nämä mahdollisuudet ovat suurelta osin käyttämättä, sillä ne perustuvat vapaaehtoisuuteen, eikä niitä niin muodoin ole otettu laajalti käyttöön<sup>116</sup>.

c) *Kestävä ruokapolitiikka*. Tällä hetkellä kestävyuden eri ulottuvuuksien integroiminen kokonaisvaltaisesti ruokapolitiikkaan on keskeinen kiinnostuksen kohde niin OECD:n piirissä<sup>n</sup> kuin muuallakin<sup>119</sup>. Työ on vasta alussa, mutta Ruotsissa on jo kehitetty pääelintarvikeryhmiä (liha, kala, hedelmät, vihannekset, viljatuotteet, tärkkelys, rasvat) koskevaa kuluttajaneuvontaa, jossa yhdistyvät terveys- ja ympäristönäkökohdat<sup>120</sup>. Sen lisäksi kuluttajia ohjeistetaan valitsemaan lähellä tuotettuja, sesonginmukaisia ja/tai luomutuotteita. Tavaroiden vapaaseen liikkumiseen vedoten EU komissio kuitenkin arvosteli ohjeistusta voimakkaasti, minkä seurauksena Ruotsin hallitus veti sen pois<sup>121</sup>.

Muissakin maissa ohjeistuksen painopistettä on pyritty siirtämään pelkästä terveysneuvonnasta kattamaan kestävyuden eri ulottuvuudet laajemmin<sup>122</sup>. Näistä ohjeistuksista on kahdessa mielessä selkeästi hyötyä sekä ympäristön että terveyden suuntaan ("win-win" -tilanne): Eläinperäisten tuotteiden kulutuksen vähentäminen vähentää ympäristökuormitusta ja edistää terveyttä. Näiden tuotteiden kulutuksen vähentäminen pienentää myös kokonaisenergian saantia ja vähentää siten ylipainon mukanaan tuomaa terveysriskiä. Toisaalta suositus syödä kalaa kahdesti viikossa edistää terveyttä, mutta se saattaa olla ympäristön kannalta haitallista, sillä monia kalakantoja uhkaa ylikalastus. Sen sijaan biojätteen määrän vähentämisellä ei ole vaikutusta terveyteen, mutta se vähentää ympäristökuormitusta. Hollannin ohjeistus on monessa suhteessa paljon varovaisempi

kuin ruotsalaisten. Siinä ei ole mainintaa lähellä tuotetusta tai ympäristöystävällisestä ruoasta eikä eri elämistä peräisin olevan eläinproteiinien ympäristövaikutuksista.

Saksassa kestäväen kehityksen toimikunta on vastikään uudistanut ohjeistuksensa<sup>123</sup>. Siinä sanotaan yksiselitteisesti, että luomu, alueellinen ja sesonginmukainen ruoka ovat kestävyuden kannalta paras valinta. Samalla ohjeistetaan vähentämään lihan ja kalan kulutusta. Hedelmien ja vihannesten osalta painotetaan 5 päivässä -viestiä.

Ison Britannian kestäväen kehityksen toimikunta<sup>124</sup> on suunnannut ohjeistuksensa hallitukselle ja esittää, miten kestävyystavoitteita tukevaa ruoankulutusta voidaan edistää. Ohjeistuksen pääpainopisteenä on lihan ja meijerituotteiden sekä runsasenergisien, mutta ravintoköyhän ruoan (rasva, sokeri) kulutuksen vähentäminen, samoin ruokajätteen vähentäminen. Sillä nähdään olevan merkittävä myönteinen vaikutus sekä ihmisen terveyteen että ympäristön tilaan. Seuraavan kategorian valinnat vaikuttavat myönteisesti terveyteen, mutta ne saattavat vaikuttaa kielteisesti ympäristöön, ellei kiinnitetä huomiota tuotantoon. Tässä kategoriassa ovat kala, vihannekset ja luonnonmukaiset tuotteet. Ympäristön kannalta on tärkeitä kiinnittää huomiota kalakantojen tilaan, suosia avomaalla kasvatettuja kasviksia sekä sesonginmukaisia hedelmiä ja vihanneksia.

Lukuun ottamatta kuluttajille suunnattuja suosituksia, Ruotsin, Hollannin, Iso-Britannian ja Saksan hallituksilla ei ole vahvoja ruokapolitiikkaa koskevia tavoitteita kestävyuden edistämiseksi<sup>119, 125</sup>. Useimmissa muissa EU-maissa ei ole edes aloitettu nykyisten ravitsemussuosittelujen lähtökohdan muuttamista ihmisen terveydestä kestävyyspainotukseen<sup>125</sup>. Tutkimukset ovatkin osoittaneet hallitusten yleisen haluttomuuden puuttua kestäväen kulutukseen. Ne pyrkivät sen sijaan "ulkoistamaan" vastuun kestävästä kulutuksesta muille toimijoille, kuten yksittäisille kuluttajille, kansalaisjärjestöille

<sup>n</sup> <http://www.oecd.org/site/agrfcn/>



ja ajatushautomoille<sup>126</sup>. Vaikka ruoankulutuksen aiheuttama ympäristökuormitus on ollut varsin paljon esillä viime vuosina, ei julkisesti saatavilla olevia uusia pohjoismaisia ravitsemussuosituksiakaan perustella ympäristönäkökohtilla<sup>74</sup>. Hallitusten halut-

tomuus poliittiseen ohjaukseen tässä kysymyksessä saattaa olla osoitus siitä, siitä että tietämyksessä on edelleen sellaisia aukkoja, ettei selkeätä kantaa siihen, mitä kestävyys ruoankulutuksen yhteydessä tarkoittaa haluta ottaa<sup>127</sup>.

### 3.4 Verotuksen ja tukien vaikutus kulutusvalintoihin

Kotitalouksien kulutukseen kohdistuu pääasiassa arvonlisävero. Verotutkimus korostaa sitä, että arvonlisävero on yleinen kulutusvero, ja yhteen verokantaan perustuva alv-järjestelmä on monissa tutkimuksissa todettu talouden tehokkuuden kannalta parhaaksi. Alennetut alv-kannat eivät ole tehokas väline vaikuttaa tulonjakoon tai ohjailta kuluttajien käyttäytymistä. Minkään EU-jäsenmaan arvonlisäverotuksessa ei suositeta ”terveellisiä” elintarvikkeita, koska tällöin jouduttaisiin vakaviin määrittely- ja rajanveto-ongelmiin.

Valmisteveroista ns. Pigou-veroilla on yleisesti rajoitettu liikenteen ja teollisuuden negatiivisia ulkoisvaikutuksia. Niiden taustalla on selvästi myös fiskaalinen tarkoitus. Terveellisiin ravintotottumuksiin voidaan kannustaa synti- eli valmisteveroilla, jotka kohdistuvat alkoholiin, tupakkaan ja haitallisiksi katsottuihin elintarvikkeisiin. Pigou-veron ja syntiveron ero on häilyvä, mutta karkeasti ottaen edellisellä pyritään suojaamaan viattomia sivullisia muiden toimilta ja jälkimmäisellä yritetään suojella ihmisiä heiltä itseltään. Koska valmisteverojen lisäksi kulutusta ohjataan erilaisilla säännöksillä ja rajoituksilla, on mahdotonta arvioida, mikä on pelkästään veron vaikutusta.

Elintarvikkeiden kulutuksen ohjailu terveysvaikutteisilla veroilla on käytännössä osoittautunut hankalaksi. Monissa maissa sovellettavalla virvoitusjuomaverolla ei ole todettu terveysvaikutuksia<sup>128, 129</sup>. Veron päätarkoitus onkin yleensä fiskaalinen. Sama koskee

melko yleisesti myös makeisten, konditoriatuotteiden ja jäätelön veroja.

Tanskassa otettiin lokakuussa 2011 käyttöön rasvaverot. Vuoden voimassaolon aikana voini, margariinin ja kasvisöljyn myynti laski 10–20 prosenttia. Juustoa kuitenkin ostettiin entinen määrä, mutta halvempaa laatua. Samanaikaisesti elintarvikkeiden tuonti Saksasta ja Ruotsista lisääntyi. Sekä rasvapitoisuuden määrittäminen että valtioneuvoston kikkosymykset osoittautuivat ongelmaksi. Verot lakkautettiin marraskuussa 2012 ilman että sen haitoista ja hyödyistä tehtiin perusteellista arviota<sup>130</sup>. Unkarin 2011 käyttöön ottamasta roskaruokaverosta on vasta vähän kokemusta. Veron terveysvaikutukset saattavat kuitenkin jäädä vaatimattomiksi, koska se kattaa vain osan voimakkaasti sokeri- ja suolapitoisista elintarvikkeista.

Tutkimuksissa on todettu, että veron pitäisi korottaa elintarvikkeen hintaa vähintään 20 prosentilla, jotta sillä olisi vaikutusta ruokavalintoihin ja sitä kautta mahdollisesti ylipainoon ja muihin epäterveellisistä ruokattomuksista johtuviin sairauksiin. Markkinatilanne vaikuttaa kuitenkin siihen siirtykö vero osittain, kokonaisuudessaan tai jopa ylisuurena tuotteiden hintoihin. On lisäksi mahdollista, että kulutus siirtyy veron myötä ravintosisällöltään samanlaisiin, mutta halvempiin tuotteisiin, tai että sokeripitoiset tuotteet korvataan muilla epäterveellisinä pidettävillä tuotteilla.

Ruokaan liittyvistä tukimuodoista ehkä tärkein on oppilaille maksuton kouluruokailu. Sitä ei ole Euroopan maista muualla kuin Suomessa ja Ruotsissa. Kouluateriat koostetaan ravitsemussuositusten mukaisesti, mutta niiden maittavuuteen ja/tai ruokailutilanteen viihtyvyyteen ei ole kiinnitetty riittävästi huomiota<sup>84, 131, 132</sup>.

Työpaikkaruokailun tukeminen nähdään tärkeänä sekä työntekijöitten hyvinvoinnin että heidän työsuorituksensa kannalta. Lounasseteli on laajalti käytössä, ja työnantajan järjestämää ruokailua tuetaan tuloverotuksessa. Verohallinto vahvistaa vuosittain ravintoedun ja setelin arvot. Lounasseteli ei kuitenkaan välttämättä tue terveellisiä ruokatottumuksia, sillä siihen ei sisälly ruoan terveellisyyttä tai ravitsemuksellista laatua koskevia vaatimuksia. Järjestelmään saattaa liittyä kilpailua rajoittavia tekijöitä, ja lounasseteleitä voidaan käyttää myös vapaa-ajan ateriointiin, mikä ei ole tarkoitus. Järjestettyä työpaikkaruokailua tai lounasseteleitä suosivat ennen kaikkea hyvin koulutetut toimihenkilöt.

Kunnat saavat liikuntatoimen kustannuksiin asukaslukuun suhteutettua valtionosuutta sekä harkinnanvaraisia avustuksia mm. liikuntapaikkarakentamiseen. Liikunta- ja urheiluseurojen tärkein tuki on monien kuntien tarjoama liikuntapaikkojensa ilmainen tai tuettu käyttömahdollisuus. Liikuntaa suositetaan myös alennetulla arvonlisäverokannalla. Lisäksi työnantajat tukevat työntekijöittensä liikunta-aktiivisuutta sekä vapaa-ajalla tarjoamalla työntekijöilleen liikuntaseteleitä että työpäivän puitteissa sallimalla jossain määrin liikuntaa myös työajalla. Näiden tukimuotojen vaikutus liikunnan aloittamiseen on kuitenkin epäselvä. Ne saattavat tavoittaa etupäässä sellaisia henkilöitä, jotka muutenkin liikkuisivat. Samoin kuin lounasseteli, myös liikuntaseteli on suunnattu työssäkäyville ja sitä käyttävät eniten koulutetut, hyvin toimeentulevat ihmiset. Liikuntapalveluja on kehitetty etenkin lapsia, nuoria ja työelämässä mukana olevia varten, ja on vaarana, että niiden ulkopuolelle jää helposti koko joukko ihmisiä, jotka näistä palveluista eniten hyötyisivät.



Terveysvaikutusten aikaansaamiseksi tulisi verotuksen ja julkisen tuen lisäksi käyttää tehokkaasti myös lainsäädäntöä, suosituksia ja elintarvikkeiden näkyvää luokitusta terveysvaikutteisiksi. Muita ohjauskeinoja ovat normiohjaus (sokeri- ja suolapitoisuuden rajat ym.), tiedottaminen sekä yhteiskunnan palvelujärjestelmiä ja ihmisten arkista toimintaympäristöä koskeva suunnittelu.

## 4 Pohdintaa

**M**onilla mittareilla mitattuna suomalaisten fyysinen terveys ja toimintakyky ovat viime vuosikymmeninä kohentuneet<sup>14, 133</sup>. Eri väestöryhmien välillä on siitä huolimatta hyvin isoja terveyseroja<sup>46</sup>. Ravitsemuksen, liikunnan ja kestävä kehityksenkin osalta suomalainen hyvinvointiyhteiskunta on kärjistetyksi ilmaistuna repeämässä kahtia. Yhtäällä on kansalaisryhmiä, joiden ravitsemus, liikunta ja terveys ovat kunnossa ja joiden tulotaso on verraten korkea. Näihin kansalaisryhmiin kuuluvien elintavat kuormittavat kuitenkin ympäristöä siinä määrin, että ekologisen kestävyuden rajat ylittyisivät välittömästi, jos koko kansalla olisi samanlaiset.

Toisaalla on väestöryhmiä, joiden ravitsemus on epätasapainossa, liikunta kaukana suositusten mukaisista tasoista ja terveysriskit korkeat. Näillä ryhmillä oma elinympäristökin saattaa heikentää hyvinvointia. Ympäristökuormitus on kuitenkin rajallista, koska taloudelliset seikat rajoittavat näiden kansanryhmien mahdollisuuksia kuluttaa.

Julkiset palvelut parantavat tilannetta jonkin verran. Niistä ja työnantajan järjestämistä liikunta- ja ruokapalveluista hyötyvät kuitenkin pääasiassa vain päiväkotilapset, koululaiset ja opiskelijat sekä työelämässä mukana oleva väestö. Työttömät, ikääntyneet, osa maahanmuuttajista sekä muut koulutusjärjestelmän ja työelämän ulkopuolella ole-

Tutkimus taloudellisista ohjauskeinoista terveyden edistäjänä on Suomessa vasta alullaan. Aiheeseen liittyvää tutkimusta vaikeuttaa se, että väestön terveydentilaan vaikuttavat samanaikaisesti hyvin monet eri tekijät ja muutokset syntyvät tyypillisesti pitkällä aikavälillä.

vat jäävät usein näiden palvelujen ulkopuolelle. Myös työikäisissä on eroja siinä, miten palveluita käytetään tai miten ne ylipäättään ovat saavutettavissa. Vähemmän koulutetut ja/tai vähemmän ansaitsevat jäävät useimmiten näiden palveluiden ulkopuolelle, tai he käyttävät niitä vähemmän kuin (ylemmät) toimihenkilöt



Kuva: SteveMc/Pixmac

Nykyinen kasvava eriarvoisuus uhkaa kestävyttä kaikista suunnista. Tämän asiantilan muuttamiseksi tarvitaan vallitsevien arvojen, asenteiden ja totuttujen tapojen uudelleenrakentamista, kulttuurista murrosta<sup>11</sup>. Se puolestaan edellyttää politiikan koko kentältä yhteisiä periaatteita ja niihin sitoutumista.

Keskeiset muutosta vaativat asiat on koottu YM:n laatimaan yhteiskuntasitoumukseen<sup>19</sup>. Siinä lähtökohtana on kestävä kehityksen vahva tulkinta<sup>134</sup>, joka korostaa ekologisen, taloudellisen ja sosiaalisen/sosiokulttuurisen ulottuvuuksien integroimista siten, että tavoitteena on itseisarvoisen talouskasvun sijaan talouskasvun ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden yhdistäminen ja turvaaminen ekosysteemien kantokyvyn puitteissa yli sukupolvien. Myös Himanen<sup>20</sup> painottaa kestävyuden vahvaa tulkintaa.

Kestävä kehityksen vahvalle tulkinnalle ei juuri löydy tukea muista politiikka-asiakirjoista. Poliittisessa keskustelussa tuodaan nimittäin painokkaasti esiin talous kestävä kehityksen mahdollistajana. Kestävyysvaje ymmärretään taloudellisten resurssien riittämättömyytenä, joka johtuu väestön epäedullisesta huoltosuhteesta. Ratkaisuksi tarjotaan talouskasvua, joka perustuu työllisyyden ja kilpailukyvyn vahvistamiseen. Tällöin kansalaisten hyvä terveyskin nähdään kansantalouden kilpailuetuna.

Suomalaiseenkin keskusteluun on tuotu sosiaalisen investoinnin käsite<sup>20, 135, 136</sup>, joka voidaan ymmärtää pelkästään investointina taloudellisen kasvun sosiaaliin ehtoihin ja inhimilliseen hyvinvointiin talouskasvun edellytyksenä. Panostukset yksilön toimintakykyyn parantavat tehokkuuden myötä hänen arvoaan työmarkkinoilla. Tämä kestävä kehityksen heikko tulkinta on lähtökohtana myös monissa uusimmissa asiakirjoissa, vaikka niissä kiinnitetäänkin aikaisempaa selkeämmin huomiota kestävä kehityksen sosiaaliseen ulottuvuuteen<sup>17, 26, 137</sup>.

Talouskasvuun perustuva sosiaalipolitiikka saattaa kuitenkin olla ongelmallista, sillä

talouskasvu edellyttää useimmiten materiaalsen kulutuksen ja tuotannon kasvua, mikä väistämättä törmää ympäristön asettamiin rajoihin. Taloudelliseen eriarvoisuuteen puuttuminen puolestaan veisi kohti sosiaalisesti kestävämpää yhteiskuntaa. Sosiaalinen investointi voidaan ymmärtää myös hyvinvointiyhteiskunnan perustavanlaatuisena oikeudenmukaisuuskysymyksenä ilman kytköstä taloudellisen kasvun vaatimukseen. Tällöin tavoitteena on kohtuullisen elämän turvaaminen kaikille sekä kumppanuuden, luottamuksen ja osallisuuden lisääminen, mikä on tärkeää jo yhteiskuntarauhan turvaamiseksi<sup>20, 136</sup>.

Politiikan eri sektoreiden tavoitteet eivät aina tue johdonmukaisesti toisiaan, vaan niiden välillä on aukkoja. Vaikka suoranaisia ristiriitoja ei juuri ole, monesta suunnasta tuleva yksipuolinen tieto saattaa aiheuttaa ristiriitoja tavoitteenasettelussa ja käytännön toiminnassa. Tämä ilmenee eri hallinnonalojen valmistelemissa strategia- ja toimintaohjelma-asiakirjoissa. Yhteisiä kestävyystavoitteita ei ole selkeästi määritelty, ja eri tahojen sitoutuminen kestäväan kehitykseen riippuu niiden omasta näkökulmasta.

Poliittisten ohjelmien ja strategioiden tasolla on välttämätöntä saada ruokaa, ravitsemusta ja liikuntaa sekä ekologista kestävyttä kehittävien politiikkojen välinen kytkentä aidosti paremmaksi. Kun tarkastelunäkökulmaksi otetaan kestävyuden edistäminen, on mahdollista yhdistää nykyistä johdonmukaisemmin terveydenedistämisen, ravitsemus- liikunta- ja ruokapolitiikan tavoitteet. Kansalaisten hyvinvointi ympäristön kantokyvyn rajoissa tulisi nostaa keskeiseksi teemmaksi. Tavoitteena on ihmisen hyvinvointi kestävässä ja terveyttä edistävässä ympäristössä. Kaikkein uusimmissa kansallisen tason asiakirjoissa, kuten pääministeri Jyrki Kataisen hallitusohjelmassa<sup>26</sup>, sosiaali- ja terveyspolitiikan strategiassa<sup>138</sup> ja juuri julkaistussa Tulevaisuusselonteossa<sup>17</sup> sekä sen taustaselvityksessä<sup>20</sup> kuten myös kestävä kehityksen yhteiskuntasitoumuksessa<sup>19</sup> eri politiikkojen integrointitarve on jo varsin hyvin esillä.

Jatkotyöskentelyllä on siis lähtökohtia, kun pyrkimyksenä on edistää tasa-arvoista yhteiskuntaa yhdenmukaistamalla liikuntaa, ruoan kulutusta ja kestäväää tuotantokulutusketjua koskevia poliittisia tavoitteita. Hyvin integroidut poliittiset ohjelmat eivät yksin riitä, mutta ne ohjaavat tavoitteiden tuomista käytäntöön kehitettäessä kuntien terveys- ja sosiaalipalveluja, liikunta- ja ruokapalveluja sekä parannettaessa yhteiskuntasuunnittelun menetelmin ihmisten arkista toimintaympäristöä.

Hankintalain ja sen sisältämien kilpailutusmääräysten noudattaminen kunnan budjetin rajoissa on tämän hetken arkipäivää. Kestävän kehityksen periaatteiden mukaisesti kuntien ruoka- ja liikuntahuollon tulisi olla osa kokonaisvaltaisempaa suunnittelua. Tällöin lyhyen tähtäimen rahallisten säästöjen lisäksi tulee ottaa huomioon pitkällä aikavälillä koituvat kielteiset vaikutukset (takaiskut, rebound effects). Ne voivat ilmetä vakavana kestävyysvajeena yhteiskunnan eri osa-alueilla, kun esimerkiksi lähituotanto- tai elämysympäristön yksipuolinen hyödyntämien rapauttaa tuotannon, osaamisen ja yhteisön rakenteita.

Keskeisiä toimijoita terveyden edistämisessä ovat ensisijaisesti kunnat, jotka valtion ohjauksena vastaavat peruspalveluiden tuottamisesta. Kansalaisjärjestöt, paikallistoimijoiden verkostot, yhdistykset ja kansanterveysjärjestöt puolestaan ovat tärkeitä eritoten ihmisten osallisuuden lisääjinä. Käytetyt ohjauskeinot voivat olla informaatioon ja tiedonvälitykseen liittyviä sekä taloudellisia ja lainsäädännöllisiä keinoja tai yhteisöjen ohjeistukseen liittyviä keinoja.

Hyvinvoinnin seurantaindikaattoreina on tarpeen mitata esimerkiksi työikäisten koetun terveyden tasoa, ylipainoisten osuutta, iäkkäiden toimintakykyä tai lapsiperheiden köyhyysriskiä. Huono-osaisten ihmisten ja alempien sosioekonomisten ryhmien tulkinnot terveyden ja sairauden sekä sosiaalisten tekijöiden välisistä yhteyksistä poikkeavat merkittävästi poliittisissa asiakirjoissa esitetyistä tulkinnoista. Pienituloiset ihmiset tietävät usein, miten heidän tulisi elää, mutta he eivät välttämättä jaksa kiinnostua taloudellisen niukkuuden ja väsymyksen keskellä omasta hyvinvoinnistaan. Silti itse kohderyhmän tarkka kuunteleminen kantaisi hedelmää ja auttaisi kehittämään uusia menetelmiä terveyden edistämiseen. Sosiaalityön ja terveydenhuollon yhteistyö näyttäytyi tutkimushankkeen tarkastelemissa politiikka-asiakirjoissa ohuena, mutta tilannetta korjataan KASTE-ohjelmalla sekä sosiaali- ja terveydenhuollon kokonaisvaltaisella uudistuksella<sup>18, 137, 138</sup>. Tämä onkin tärkeää, sillä työelämän ulkopuolella olevia nuoria voidaan tavoittaa juuri sosiaalityön kautta

Kansalaiset ovat kiinnostuneita ympäristökysymyksistä, ja myös heidän asenteensa ruoan ympäristöystävällisyyttä kohtaan ovat myönteisiä. Tutkimuksista on kuitenkin saatu niukasti tukea sille käsitykselle, että arvot ja asenteet vaikuttaisivat todelliseen ostoskäyttäytymiseen. Kansalaisten tiedot ruoan ympäristövaikutuksista ovat myös usein puutteellisia. Puutteellinen tai ristiriitainen tieto toimii todennäköisesti esteenä ympäristömyönteisten asenteiden siirtymiselle käytäntöön.

Kuvat: MT:n arkisto



Ville Korpelainen



Ulla Jauhiainen



Yrjö Tuunanen



Nilna Pitkänen



Kuva: Tapio Tuomela/MTT:n arkisto

Kuva: Tero Takalo-Eskola

HYVINVOIPA-hankkeen tulokset osoittivat, että tietoa osataan käyttää, sillä etenkin hyvin toimeentuleva väestön osa on omaksunut terveyttä koskevan informaation. Se näkyy elintavoissa ja huonompiosaisiin verrattuna parempana terveydentilana. Sen sijaan ympäristöasioita koskeva tuotetieto ei ole tuonut toivottuja vaikutuksia. Terveys on ihmistä itseään lähellä, ja näyttääkin siltä että tieto omaksutaan, kun vaikutukset tuntuvat omassa elämässä kutakuinkin välittömästi. Saman voisi olettaa koskevan hintoja. Ne vaikuttavat merkittävästi etenkin pienituloisten valintoihin. Sen sijaan yhteiskunnalliset kysymykset ja ympäristöä koskevat asiat ovat etäämmällä, eivätkä vaikutukset välttämättä tunnu omassa elämässä. Edes ne, joilla on varaa, eivät ole erityisen kiinnostuneita yhteisen hyvän edistämisestä.

Näin ollen näyttää siltä, että kansalaisten kulutuskäyttäytymistä ohjaa oman edun tavoittelu (hedonistiset pyrkimykset) eivätkä ajallisesti tai maantieteellisesti etäällä olevat kestävyystavoitteet (altruistiset pyrkimykset). Poliitiikan tehtävänä olisi huolehtia siitä, että kestävät valinnat olisivat itsestäänselvyys, helpoin, houkuttelevin ja edullisin vaihtoehto. Moderni tapa on kehittää palvelujen arvoa yhdessä palvelun tuottajan ja asiakkaan kesken tai kolmikantaisesti kuntapäätäjän ja kuntien viranhaltijoiden, yksityisen palvelutarjoajan ja kuluttajan välillä. Samaa uutta linjausta edustavat avoimet innovaatiot. Näiden asemaa pitäisi vahvis-

taa ensin kunnallisissa palveluissa, joista ne asteittain etenisivät myös yksityisiin ruoka- ja liikuntapalvelukokonaisuuksiin.

Kestävyys ei saavutettuna päämääränäkään tarkoita staattista olotilaa, vaan kysymyksessä on dynaaminen tasapaino, joka muotoutuu jatkuvasti olosuhteiden muuttuessa ja uuden tietämyksen valossa<sup>12</sup>. Kun hyväksytään tämä jatkuvan sopeutumisen vaatimus (resilienssi) hyväksytään samalla myös se, ettei yksiselitteisesti määritettyä kestävyiden tilaa ole mahdollista saavuttaa, vaan kestävyys on nimenomaisesti kykyä reagoida muutokseen. Vaikka tietämyksessä on edelleen puutteita eikä lopullisen varmoja kvantitatiivisia mittareita voida esittää, tulisi toimia saatavilla olevan tutkimustiedon varassa ja varovaisuusperiaatetta noudattaen.

Kestävyyden eri ulottuvuuksien väliset vuorovaikutussuhteet olisi tunnettava nykyistä huomattavasti paremmin, sillä muutokset kestävyiden vahvistamiseksi jollakin osaluueella aiheuttavat samanaikaisesti muutoksia suuntaan tai toiseen kaikilla muillakin osaluueilla. Kestävyystavoitteet tulee asettaa niin, että päästään kokonaisuuden kannalta hyvään ratkaisuun, vaikka se ei välttämättä olisi paras mahdollinen jonkun osaluueen kannalta. Kestävyyskysymyksiin tulee siis johdonmukaisesti kiinnittää huomiota ja ne tulee ottaa mukaan myös ruoka- ja liikuntapolitiikan sekä laajemmin terveydenedistämisen politiikkaohjukseen.

## 5 Toimenpidesuosituksia

**K**estäväan kehitykseen pyrkivien ohjaustoimien kehittämisen ensimmäinen askel voi olla muutostarpeen määrittely. Seuraavia askeleita voivat olla eri ryhmille kohdennettujen ohjaustoimien kuvaus, suunnittelu ja toteutus. Julkisiin palveluihin liittyviä kestävyystavoitteita on jatkuvasti arvioitava ja kehitettävä. Tähän on koottuna sellaisia asiakokonaisuuksia, jotka HYVINVOIPA-hankkeen tulosten perusteella ovat jääneet liian vähälle huomiolle.

- *Informaatio-ohjaus.* Informaatio-ohjauksen sisältöä ja kohderyhmiä tulee miettiä uudelleen ja selvittää, mitkä mekanismit vaikuttavat informaatio-ohjauksen omaksumiseen eri väestöryhmissä. Erilaisen ohjauskeinojen vaikutusten arviointia tulee kehittää niin, että käsitysten ja mielipiteiden sijaan arvioidaan todellista vaikutusta. Yhteiskunnallisen vaikuttavuuden arviointi on syytä ottaa mukaan, ja se tulee suhteuttaa yhteiskunnan pitkän aikavälin tavoitteisiin. Arviointi on yleensä laadullista, sillä toimenpiteiden vaikutukset näkyvät hyvin hitaasti yhteiskuntakehityksessä, ja yksittäisten toimenpiteiden merkitystä ei voida tunnistaa muista samaan aikaan ja samaan suuntaan vaikuttavista toimista.

- *Tuotetieto.* Ympäristöä koskevaa tuotetietoa on paljon saatavilla, ja tiedon kohderyhmänä ovat ennen kaikkea yksittäiset kansalaiset. Alustavien tulosten mukaan hyvin koulutetun ja hyvätuloisen väestönosan ruokavalinnat kuormittavat ympäristöä enemmän kuin muun väestön.

Ne joilla on parhaat edellytykset sekä omaksua tietoa että myös maksaa kalliimpaa hintaa vastuullisesti tuotetuista tuotteista, eivät sitä tee. Informaatio-ohjauksessa ympäristökysymyksiä koskevaa tuotetietoa tuleekin räätälöidä ennen kaikkea tätä ryhmää silmällä pitäen. Sen ohella, että tarvitaan tuotetiedon tarkempaa kohdentamista, olemassa olevan tietomäärän voisi valjastaa poliittisen ohjauksen välineeksi edistämään vastuullista tuotekehittelyä ja rakentamaan arkista toimintaympäristöä kestäviä valintoja suosiviksi.

- *Kriittinen kuluttaminen ja kansalaiskasvatus.* Jatkuvasti lisääntyvä tuotekohtainen tieto on kuluttajuuskasvatusta. Mainonnan tavoin se tähtää menekinedistämiseen, mutta siten että kuluttajat tekisivät tietoisia ja vastuullisia valintoja. Tämän tyyppinen markkinointi ei kyseenalais-



ta tarjolla olevia tuotteita, ja valikoiman runsaus esitetään kuluttajien etuna. Rin- nalle tarvitaan kansalaiskasvatusta, joka rohkaisee kulutuskriittisyyteen sekä osoit- taa vastuullisen valinnan mahdollisuudet ja niiden vaikutukset. Huomiota tulee kiinnittää myös toimintakulttuurin muu- tokseen ja tukea sitä sosiaalisen oppimisen kautta vahvistamalla yhteisöllisyyttä yksi- lökeskeisyyden sijaan.

Julkinen ruokailu on osa kansalaiskasva- tusta. Kuntien tarjoamalla julkisella ater- rialla, mukaan lukien kouluruokailu, on keskeinen merkitys kestävien ruokatot- tumusten juurruttamisessa. Julkinen ater- ria on myös sosiaalisen kestävyuden il- mentymä ja hyvä esimerkki sosiaalisesta investoinnista. Kouluruokailu on olen- nainen osa lasten ja nuorten hyvinvoin- tia ja kasvua. Jokainen suomalainen syö kouluruokaa koko 12-vuotisen perus- ja toisen asteen koulutuksen ajan ja usein pidempäänkin eli jo päiväkodista alka- en. Tätä kansalaiskasvatuksen tilaisuut- ta ei voi kyllin korostaa, sillä monet py- syvistä ruokatottumuksista muotoutuvat jo lapsuudessa.

Sosiaalisen median välityksellä uudet lii- kunta- ja ruokatrendit leviävät nopeas- ti ja laajalle. Ne ovat muuttaneet kulu- tuskäyttäytymistä yllättävänkin lyhyessä ajassa, joskaan muutosten pysyvyydestä ei ole näyttöä. Sosiaalisen median tarjo- amaa mahdollisuutta kansalaiskasvatus- sessa kannattaa hyödyntää ja kehittää edelleen sen potentiaalia kansalaisosallis- tumisen mahdollistajana.

- *Interventiot.* ”Ylhäältä alaspäin” tulevien ohjauskeinojen ohella tulee tukea kan- salaisten omaa innostusta ja aloitteelli- suutta ohjauskeinojen suunnittelussa ja arvioinnissa. Interventiot ovat ajallises- ti ja kohderyhmittäin tarkkaan rajattu- ja toimia, joiden avulla pyritään yhdessä toimijoiden kanssa löytämään uusia toi- mintatapoja. Tulokset eri kohderyhmille

suunnatuista interventioista antavat käsi- tyksen keinovalikoimasta ja eri keinojen toimivuudesta. vaikutusmahdollisuuksis- ta. Terveystiedon edistämisen saralla ne ovat tuottaneet hyviä tuloksia, ja interventiois- ta saatuja kokemuksia on viety eteenpäin tutkimus- ja kehittämishankkeissa (R & D-hankkeet), joiden tavoitteena on juur- ruttaa yhteiskuntaan uudenlaista toimin- takulttuuria. Samaa interventioiden osal- listavaa, toimijälähtöistä lähestymistapaa voisi soveltaa myös koskemaan kokonais- valtaisemmin kestävyystavoitteiden edis- tämistä tukemalla paikallistason kokeilu- ja. Erityisen tärkeää on huolehtia siitä, että interventioissa ja R&D hankkeissa tutkijoiden ja ulkopuolisten asiantunti- joiden työpanos hankkeen edistytessä vä- hitellen väistyy taustalle ja hyväksi havai- tut toimintamallit juurtuvat käytäntöön. Tällöin on toimintakulttuurin joustava sopeuttaminen muuttuviin oloihin ja uu- den tiedon valossa siirtyä osaksi käytän- nön toimijoiden työtä ja varmistaa näin toiminnan jatkuvan kehittämisen hank- keiden loppumisen jälkeenkin.

- *Toimintaympäristömuutokset yksilön valin- tojen ohjaamiseksi.* Tarvitaan konkreettisia toimia arkisen toimintaympäristön ja jul- kisen tilan muuttamiseksi kestäviä valin- toja suosivaksi säätelämällä ja ohjaamal- la tuotteiden ja palveluiden näkyvyyttä, mainontaa ja tarjontaa; tämä koskee sekä kestävyyskannalta hyviä että huono- ja vaihtoehtoja. Kestävyystavoitteita tu- kevia tuotteita ja palveluja voidaan mää- rätietoisesti ja suunnitelmallisesti edistää ja muiden tuotteiden ja palveluiden nä- kyvyyttä puolestaan rajoittaa. Liikuntaa voidaan edistää lähiliikunnan mahdollis- tavalla yhdyskuntasuunnittelulla. Erityi- sen tärkeää arki liikunnan lisäämisessä on turvallisten kevytliikenneväylien rakenta- minen. Koko väestön terveyden kannalta aivan keskeinen kysymys on istuvaan elä- mätapaan puuttuminen. Sen murtami- nen vaatii pitkäjänteistä ja järjestelmällistä kehittämistyötä ja ennen kaikkea perin-





pohjaista muutosta koko nykyisessä koulu- ja työympäristössä.

- Hinta.* Kestävät ruoka- ja liikuntavalinnat eivät saa eriarvoistaa. Niiden tulee todellakin olla kaikkien ulottuvilla, helpoja, houkuttelevia ja edullisia. Ruoan sekä ruoka- ja liikuntapalvelujen hinta on hyvä, mutta yllättävän vähän käytetty ohjauskeino; valtaosa kuitenkin valitsee mieluummin edulliset vaihtoehdot kuin kalliit. Hinnanmuutoksen täytyy kuitenkin olla tuntuva (20 % tuotteen lopullisessa hinnassa), jotta ostokäyttäytymisen muuttuisi. Hinta vaikuttaa erityisesti pienituloisten valintoihin, ja niitä voitaneen ohjata kestävämpään suuntaan pienemmälläkin hintamuutoksilla. Keskeinen kysymys, joka vaikuttaa tuotteiden ja palveluiden hintaan, on ulkoisvaikutusten sisällyttäminen hintoihin. Näitä ovat tuotannosta johtuva ympäristökuormitus ja epäterveellisistä elämäntavoista johtuvat terveydenhuollon kustannukset sekä yhteiskunnan vakautta uhkaava eriarvoistuminen. Ulkoisvaikutukset ja niiden pitkän aikavälin yhteiskunnallinen ja kansantaloudellinen merkitys on tuotava painokkaasti esiin, vaikka numeerista tietoa ei (vielä) olekaan. Tämä on olennainen osa yhteiskunnallista vaikuttavuusarviointia.
- Kunnalliset palvelut ja erityisryhmien tarpeet.* Koulutusjärjestelmän ja työelämän ulkopuolella olevat jäävät usein syystä tai toisesta kunnallisten ruoka- ja liikuntapalvelujen ulkopuolelle. Tämä ryhmä on sekä ikärakenteensa että sosioekonomi-

sen asemansa suhteen hyvin heterogeeninen, joten monenlaisia ratkaisuja tarvitaan. Myös maahanmuuttajat ovat usein suomalaisen yhteiskunnan huono-osaisia. Erityistarpeet pitää tuntea, ja tarpeiden tunnistamiseksi kohderyhmiä itseään pitää kuulla. Terveyden edistämisen politiikka voisi hyötyä pienituloisten ihmisten kuuntelemisesta kehitettäessä vaikuttavia työmenetelmiä. Keskeisiä tehtäviä ovat lapsiperheiden köyhyyden torjuminen sekä sellaisten toimintatapojen käyttöönotto, jotka lisäävät asiakkaiden tarpeista lähtevää vuorovaikutusta.

Pyrkimyksessä vähentää eri sosioekonomisten ryhmien välisiä eroja ravitsemuksessa ja vapaa-ajan liikunnassa tulisi kiinnittää huomiota julkisten palvelujen saatavuuteen. Kunnallisen joukkoruokailun mahdollisuus tulee laajentaa koskemaan myös työelämän ulkopuolella olevaa väestönosaa, ikääntyneitä, työttömiä tai heikommassa taloudellisessa asemassa olevia.

Liikuntaa voidaan edistää lähiliikunnan mahdollistavalla yhdyskuntasuunnittelulla. Erityisen tärkeätä arkiliikunnan lisäämisessä on turvallisten kevytliikenneväylien rakentaminen. Ikääntyvien kasvava vapaa-aika tarjoaa mahdollisuuden liikunnan lisäämiseen, mutta se edellyttää, että heille sopivia liikuntapalveluja on käytettävissä. Yhteiskunnallisesti on tavoiteltava sitä, että rakennetut liikuntaympäristöt ovat täydessä käytössä. Hyöty-, lähi- ja vuodenaikaisliikunnan tukeminen sekä kuntien omistamien lii-

kuntatilojen – myös koulujen liikuntatilojen – yhteiskäyttö ovat puolestaan linjassa kestävyystavoitteiden kanssa.

- *Integroitu poliittinen ohjaus.* Ohjausta tulee edelleen yhdenmukaistaa ottamalla yhteiskuntakehityksen lähtökohdaksi johdonmukaisesti ihmisen ja ympäristön hyvinvointi. Tavoitteet täytyy mitoitaa ympäristön kantokyvyn mukaan, ei jatkuvan talouskasvun varaan. Tämä on reunaehto, jonka yli ei pidä mennä. Kestävyysteen tähtävien muutosten suunnittelussa tavoitetta tulee lähestyä aina ottaen huomioon kokonaisvaltaisesti ekologinen, sosiaalinen ja taloudellinen kestävyys. Kestävyystavoitteet tulee ilmaista selkeästi käytäntöön liittyvässä asiayhteydessä.

Kestävyys ja terveyden edistäminen ovat yhdistettävissä ruoan, liikunnan ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kautta. Kun tarkastelunäkökulmaksi otetaan kestävä kehitys, on mahdollista määritellä ruoka-, ravitsemus- ja liikuntapolitiikan tavoitteet nykyistä johdonmukaisemmin. Kestävyys ja terveyden edistäminen ovat yhdistettävissä ruoan ja ravitsemuksen kautta, sillä ravitsemussuosituksen mukainen ja

kestävää kehitystä tukeva ruokavalio ovat samansuuntaisia. Tavoitteet on siksi periaatteessa helppo yhdenmukaistaa lisäämällä kasviperäisten tuotteiden käyttöä ja suosimalla kotimaisia, lähellä tuotettuja, sesonginmukaisia tuotteita.

Terveyden edistämisen näkökulma puolestaan kytkee liikunnan ja ravitsemuksen kiinteästi toisiinsa. Kestävyys ja liikuntakin ovat yhdistettävissä, ja kestävä liikunnan kriteeristö tulisi rakentaa sisällyttäen siihen mm. liikuntapalvelujen saatavuus (helppo, liikuntaan kannustava ja edullinen) hyöty- ja lähiliikunta sekä vuodenaikaisliikunta.

Kestävä hyvinvoinnin kriteeristön lähtökohtana voisi olla sosiaalisesti kestävä yhteiskunta. Se edellyttää taloudelliseen eriarvoisuuteen puuttumista ja kansalaisten taloudellisten, sivistyksellisten ja sosiaalisten oikeuksien (TSS-oikeudet) turvaamista sosiaalipolitiikan keinoin. Tämä on jo yhteiskuntarauhankin takia välttämätöntä. Pystyvyyden tukemiseksi kaikkiin kriteeristöihin tulisi sisällyttää myös tietämys kansalaisvaikuttamisen keinoista ja kanavista.



# Viitteet

1. Leppo, K., Ollila, E., Pena, S., Wismar, M. & Cook, S. 2013. Health in All Policies. Seizing opportunities, implementing policies. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104481/URN\\_ISBN\\_978-952-00-3407-8.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104481/URN_ISBN_978-952-00-3407-8.pdf?sequence=1)
2. Hulme, M. 2009. Why we Disagree about Climate Change: Understanding Controversy, Inaction and Opportunity. Cambridge University Press. 432 s.
3. Rittel, H.W.J. & Webber, M.M. 1973. Dilemmas in a general theory planning. Policy Sciences. 4:155–169.
4. WCED 1987. Our Common Future. Oxford: Oxford University Press. 400 s.
5. UN 1992. Report of the United Nations conference on environment and development, Rio de Janeiro, 3-14 June 1992.
6. UN 2002. Report of the world summit on sustainable development (corrigendum) 26.8–4.9.2002, Johannesburg, Etelä-Afrikka.
7. UN 2009. Johannesburg Plan of Implementation. [http://www.un.org/esa/sustdev/documents/WSSD\\_POI\\_PD/English/POIToc.htm](http://www.un.org/esa/sustdev/documents/WSSD_POI_PD/English/POIToc.htm)
8. MEA 2005. Millennium Ecosystem Assessment, Ecosystems and Human Well-being. Synthesis. <http://www.millenniumassessment.org/documents/document.356.aspx.pdf>.
9. UN 2012. Sustainable development dialogues. <http://www.uncsd2012.org/rio20/index.php?page=view&nr=596&type=13&menu=23>.
10. Salonen, A.O. 2011. Kestävä kehitys globaalin ajan hyvinvointiyhteiskunnan haasteena. Opettajankoulutuslaitos Tutkimuksia 318. Helsingin yliopisto, Käyttätymistieteellinen tiedekunta, Helsinki. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/20067>
11. Ehrenfeld, J. 2008. Sustainability by Design: A Subversive Strategy for Transforming our Consumer Culture. New Haven: Yale University Press.
12. Holling, C.S. 2001. Understanding the complexity of economic, ecological, and social systems. Ecosystems 4: 390–405.
13. Risku-Norja, H., Isola, A. & Nisonen, S. 2012. Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: terveys ja kestävä kehitys politiikka-asiakirjoissa. MTT Raportti 79. Jokioinen: MTT. 80 s. <http://jukuri.mtt.fi/bitstream/handle/10024/438288/mttraportti79.pdf>
14. Ovaskainen, M., Nummela, O., Holstila, A., Kosola, M. & Helakorpi, S. 2013. Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: terveellisen liikunnan ja ravinnon edistäminen. Hyvinvoipa-projektin väliraportti. THL Työpapere 9/2013. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. 51 s.
15. Irz, X. & Kurppa, S. 2013. Inter-household variations in environmental impact of food consumption in Finland. MTT Discussion Papers 1/2013. Jokioinen: MTT. 31 s. [https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt\\_en/mtt/publications/mttdiscussionpapers/2013](https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt_en/mtt/publications/mttdiscussionpapers/2013)
16. Rauhanen, T. 2013. Terveellisten elintapojen taloudelliset ohjaukeinat. VATT Muis-tiot 30. Valtion taloudellinen tutkimuskeskus. 32.
17. VN 2013. Valtioneuvoston tulevaisuusselonteko: Kestävällä kasvulla hyvinvointia. 1/2013: 1–72. <http://vnk.fi/julkaisukansio/2013/j18-vn-tuse-fi-19-sv-20-en/PDF/fi.pdf>
18. STM 2012 Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämissuunnitelma (KASTE) 2012–2015. toimeenpanosuunnitelma. 20:102. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5197397&name=DLFE-23137.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5197397&name=DLFE-23137.pdf)

19. YM 2013. Suomi, jonka haluamme 2050 – kestävä kehityksen yhteiskuntasitoumus. Ympäristöministeriö, Helsinki. 7 s. [http://www.ymparisto.fi/FI/Ymparisto/Kestava\\_kehitys/Kestavan\\_kehityksen\\_yhteiskuntasitoumus/Kestavan\\_kehityksen\\_yhteiskuntasitoumus%2810597%29](http://www.ymparisto.fi/FI/Ymparisto/Kestava_kehitys/Kestavan_kehityksen_yhteiskuntasitoumus/Kestavan_kehityksen_yhteiskuntasitoumus%2810597%29)
20. Himanen, P. 2012. Sininen Kirja. Suomen kestävä kasvun malli. Luonnon kansalliseksi tulevaisuushankkeeksi. Johtopäätöksiä Suomen tulevaisuusselonteolle Kestävän kasvun malli -tutkimushankkeen pohjalta. Kestävän kasvun malli -tutkimushanke. 78 s.
21. Kela & VRN 2011. Suositus korkeakoulu-ruokailun periaatteiksi. Kansaneläkelaitos ja Valtion ravitsemusneuvottelukunta, Helsinki, 10 s. <http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/files/attachments/fi/vrn/korkeakoulu-ruokasuositus.pdf>
22. Kottila, M. 2011. Luomualan kasvu ja kehitysohjelma. 2011-2015. Pro Luomu ry. 10 s. <http://www.luomu.fi/wp-content/uploads/2011/08/Luomualan-kasvu-ja-kehitysohjelma.pdf>.
23. Kurunmäki, S, Ikäheimo, I, Syväniemi, A. & Rönni, P. 2012. Lähiruokaselvitys. Ehdotus lähiruokaohjelman pohjaksi 2012-2015. Maa- ja metsätalousministeriö, Helsinki. [http://www.mmm.fi/attachments/mmm/julkaisut/muutjulkaisut/65w113c5F/Lahiruokaselvitys\\_valmis.pdf](http://www.mmm.fi/attachments/mmm/julkaisut/muutjulkaisut/65w113c5F/Lahiruokaselvitys_valmis.pdf)
24. STM 2012. Terveys 2015 –kansanterveysohjelman väliarviointi. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistiota 2012:4. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki. 128 s. [http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/\\_julkaisu/1852829](http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/_julkaisu/1852829)
25. VN 2013. Valtionneuvoston periaatepäätös kestävä kulutuksesta ja tuotannosta 13.6.2013. Vähemmällä viisaammin. Valtionneuvoston kanslia, Helsinki. <http://valtioneuvosto.fi/toiminta/periaatepaatokset/periaatepaatos/fi.jsp?oid=388570>
26. VN 2011. Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma. Valtionneuvoston kanslia, Helsinki, <http://www.vn.fi/hallitus/hallitusohjelma/pdf332889/fi.pdf>
27. YM 2012. Vähemmästä viisaammin. Kestävän kulutuksen ja tuotannon ohjelman uudistus. Ympäristöministeriö, Helsinki. [www.ymparisto.fi/julkaisut](http://www.ymparisto.fi/julkaisut)
28. YM 2009. Kansallinen Kestävän Kehityksen Kokonaisarviointi. Ympäristöministeriö, Helsinki. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=113216&lan=sv>
29. FAO 2010. Definition of sustainable diets. International scientific symposium “Biodiversity and sustainable diets united against hunger”. FAO Headquarters, Rome: 1-2.
30. SusFood 2012. Sustainable food production and consumption. EU 7th framework program. <http://www.susfood-era.eu/index.php?index=30>
31. HM Government 2010. Food 2030. Crown Copyright, Department for Environment, Food and Rural Affairs. 84 s. <http://archive.defra.gov.uk/foodfarm/food/pdf/food-2030strategy.pdf>
32. Risku-Norja, H. & Mikkola, M. 2010. Towards sustainable food systems through innovative networks in public catering. Paper presented at the 9th European IFSA conference ” Building sustainable rural futures: The added value of systems approaches in times of change and uncertainty.” 4-7 July, 2010, Vienna, Austria. International Association of Farming Systems.
33. Laitalainen, E., Helakorpi, S. & Uutela, A. 2010. Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys keväällä 2009 ja niiden muutokset 1993-2009. THL Raportti 30/2010(a). Terveystieteiden tutkimuslaitos. Unigrafia, Helsinki.
34. Helakorpi, S., Holstila, A., Virtanen, S. & Uutela, A. 2012. Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2011. THL Raportti 45/2012. Terveystieteiden tutkimuslaitos.

- ja hyvinvoinnin laitos Juvenes-Print – Tampereen yliopistopaino Oy, Tampere
35. THL 2012. Alueellinen terveys- ja hyvinvointitutkimus. Terveystieteen ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki. <http://www.terveytemme.fi/ath>.
36. THL 2012. Kouluterveyskyselyn tulokset. [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely).
36. Montonen, J., Männistö, S., Sarkkola, C., Järvinen, R., Hakala, P., Sääksjärvi, K., Pietinen, P., Reinivuo, H., Korhonen, T., Virtala, E. & Knekt, P. 2008. Ravinnonsaannin väestöryhmittäiset erot. Terveys 2000 – tutkimus. Kansanterveyslaitoksen Julkaisuja B 38/2008. Kansanterveyslaitos. Hakapaino Oy, Helsinki.
37. Paturi, M., Tapanainen, H., Reinivuo, H. & Pietinen, P. 2008. The national Findiet 2007 survey. B 23/2008. Helsinki: National Public Health Institute. 230 s.
38. Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O. & Barnekow, V. (toim.). 2012. Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey. World Health Organization (WHO) Regional Office for Europe.
39. Luopa, P., Lommi, A., Kinnunen, T. & Jokela, J. 2010. Nuorten hyvinvointi Suomessa 2000-luvulla. Kouluterveyskysely 2000–2009. THL Raportti. 20/2010. Terveystieteen ja hyvinvoinnin laitos. Yliopistopaino, Helsinki
40. THL 2012b. Kouluterveyskyselyn tulokset. THL 2012(b). [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely).
41. Hoppu, U., Kujala, J., Lehtisalo, J., Tapanainen, H. & Pietinen, P. (toim.) 2008. Yläkoululaisten ravitsemus ja hyvinvointi. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B30/2008. Kansanterveyslaitos, Helsinki.
42. Kyttälä, P., Ovaskainen, M., Kronberg-Kippilä, C., Erkkola, M., Tapanainen, H., Tuokkola, J., Veijola, R., Simell, O., Knip, M. & Virtanen, S. 2008. Lapsen ruokavalio ennen kouluikää. Kansanterveyslaitoksen Julkaisuja B32/2008. Kansanterveyslaitos. Yliopistopaino, Helsinki.
43. SVT 2006. Suomen virallinen tilasto (SVT): Kotitalouksien kulutus [verkkajulkaisu]. Tilastokeskus. Helsinki. <http://tilastokeskus.fi/til/ktutk/>.
44. FINELI 2012. Elintarvikkeiden koostumustietopankki. <http://www.finel.fi/index.php?lang=en>.
45. Virtanen, Y., Hyvärinen, H., Katajajuuri, J., Kurppa, S., Nousiainen, J., Saarinen, M., Sinkko, T., Usva, K., Virtanen, J., Voutilainen, P., Ekholm, P., Grönroos, J., Koskela, S., Väänänen, S. & Mäenpää, I. 2009. Elintarvikeketjun ympäristövastuun taustaraportti. Maa- ja metsätalousministeriö, Helsinki. 210 s. [http://www.laatu-keiju.fi/laatu-keiju/www/fi/julkaisut/Microsoft\\_Word\\_-\\_Ketjuvastuu\\_15\\_12\\_\\_final.pdf](http://www.laatu-keiju.fi/laatu-keiju/www/fi/julkaisut/Microsoft_Word_-_Ketjuvastuu_15_12__final.pdf)
46. STM 2008. Kansallinen terveyserojen kaventamisen toimintaohjelma 2008–2011. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:16. Sosiaali- ja terveysministeriö. 167s. <http://pre20090115.stm.fi/pr1217926602628/passthru.pdf>
47. VN 2007. Terveystieteen Edistäminen. Hallituksen Poliitiikkaohjelma. Valtioneuvosto, Helsinki. <http://valtioneuvosto.fi/tietoarkisto/politiikkaohjelmat-2007-2011/terveys/fi.jsp>
48. VN 2007. Lapset, nuoret ja perheet. Hallituksen poliitiikkaohjelma. Valtioneuvosto. Helsinki. 11 s. [http://valtioneuvosto.fi/tietoarkisto/politiikkaohjelmat-2007-2011/lapset/ohjelman-sisaeltoe/HPO\\_Lapset\\_HSA2007.pdf](http://valtioneuvosto.fi/tietoarkisto/politiikkaohjelmat-2007-2011/lapset/ohjelman-sisaeltoe/HPO_Lapset_HSA2007.pdf).
49. STM 2008. Periaatepäätös terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämislinjauksista. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki. 20 s. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=D](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=D)

- LFE-3875.pdf&title=Valtioneuvoston\_periaatepaatos\_terveytta\_edistavan\_liikunnan\_ja\_ravinnon\_kehittamislinjoista\_fi.pdf: Sosiaali- ja terveysministeriö.
50. VRN 2008. Kouluruokasuositus. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Helsinki. 16 s.
51. VRN 2010. Ravitsemussuositukset ikään-tyneille. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Helsinki. 56 s. [http://wwwb.mmm.fi/ravitsemusneuvottelukunta/Suositus\\_ikaan-tyneet\\_080909.pdf](http://wwwb.mmm.fi/ravitsemusneuvottelukunta/Suositus_ikaan-tyneet_080909.pdf).
52. OKM 2008. Liikkuva ja hyvinvoiva Suomi 2010-luvulla. Ehdotus kansalliseksi liikuntaohjelmaksi julkisen ohjauksen näkökulmasta. Opetusministeriön Työryhmämuis-tioita ja selvityksiä 2008:14. Opetusminis-teriö. Kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto. Helsinki. 101 s. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkai-sut/2008/liitteet/tr14.pdf?lang=fi>:
53. STM 2013 Muutosta liikkeellä! Valtakun-nalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hy-vinvointia edistävään liikuntaan 2020. So-siaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:10 [http://www.minedu.fi/OPM/Tie-dotteet/2013/10/TEHYLI\\_linjaukset.html](http://www.minedu.fi/OPM/Tie-dotteet/2013/10/TEHYLI_linjaukset.html).
54. Husu, P., Paronen, O., Suni, J. & Vasankari, T. 2011. Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010. Opetus- ja Kulttuuriminis-teriön Julkaisuja 2011:15. Opetus- ja kult-tuuriministeriö.
55. STM 2010. Joukkoruokailun kehittäminen Suomessa. Joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän toimenpidesuositus. STM selvityksiä 2010:11, Sosiaali- ja ter-veysministeriö. Helsinki. 82 s.
56. STM 2011. Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämistä, kehittämistä ja valvontaa koskevan lainsäädännön uudistaminen. Peruslinjauksia valmisteleavan työryhmän loppuraportti 2011:7. Sosiaali- ja terveys-ministeriö. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?p\\_l\\_id=11315&folderId=3320152&name=DLFE-16068.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?p_l_id=11315&folderId=3320152&name=DLFE-16068.pdf)
57. VN 2008. Valtioneuvoston periaatepäätös liikunnan edistämisen linjoista. Valtio-neuvosto, Helsinki. [http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/linjaukset\\_ohjelmat\\_ja\\_hankkeet/liitteet/VN\\_periaatepaatos\\_111208.pdf](http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/linjaukset_ohjelmat_ja_hankkeet/liitteet/VN_periaatepaatos_111208.pdf).
58. VN 2007. Pääministeri Matti Vanhasen II hallituksen ohjelma. Valtioneuvoston kanslia, Helsinki. <http://www.aka.fi/Tiedostot/Strategiat/hallitusohjelma2007.pdf>.
59. KULTU 2005. Vähemmästä enemmän ja paremmin. Ehdotus kansalliseksi kestäväen kulutuksen ja tuotannon ohjelmaksi. Ympäristöministeriö, Helsinki. 151 s.
60. YM 2008. Ehdotus kestävien hankintojen toimintaohjelmaksi. Julkisten hankintojen työryhmän ehdotus. Ympäristöministeriö, Helsinki. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=80568&lan=FI>.
61. VN 2010. Valtioneuvoston selonteko ruokapolitiikasta. Valtioneuvosto, Helsinki. [http://www.mmm.fi/attachments/maatalous/maatalouspolitiikka/newfolder\\_14/5tTDQgJLk/selontekosuomi.pdf](http://www.mmm.fi/attachments/maatalous/maatalouspolitiikka/newfolder_14/5tTDQgJLk/selontekosuomi.pdf)
62. Ruokastrategia 2010. Huomisen ruoka. Ehdotus kansalliseksi ruokastrategiaksi. [http://www.mmm.fi/attachments/mmm/tiedotteet/5qZTC31Sw/Huomisen\\_ruoka\\_-\\_Ehdotus\\_kansalliseksi\\_ruokastrategiaksi.pdf](http://www.mmm.fi/attachments/mmm/tiedotteet/5qZTC31Sw/Huomisen_ruoka_-_Ehdotus_kansalliseksi_ruokastrategiaksi.pdf).
63. MMM 2013. Lähihuokaa – totta kai! Hallituksen lähihuokaohjelma ja lähihuokasektorin kehittämisen tavoitteet vuoteen 2020. Maa- ja metsätalousministeriö, Helsinki. 32 s. <http://www.mmm.fi/attachments/lahiruoka/6GeZ7N4oG/Lahiruokaohjelma-FI.pdf>
64. VN 2013c. Lisää luomua! Hallituksen luomualan kehittämisohjelma ja luomualan kehittämisen tavoitteet vuoteen 2020. Maa- ja metsätalousministeriö, Helsinki. [http://www.mmm.fi/attachments/luomu/6GeZ5BZPA/Luomualan\\_kehittamisohjelmaFI.pdf](http://www.mmm.fi/attachments/luomu/6GeZ5BZPA/Luomualan_kehittamisohjelmaFI.pdf)

65. VRN 2005. Suomalaiset ravitsemussuositukset – ravinto ja liikunta tasapainoon. Valtion ravitsemusneuvottelukunta, Helsinki. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 18 s. <http://wwwb.mmm.fi/ravitsemusneuvottelukunta/FIN11112005.pdf>
66. VN 2006. Kohti kestäviä valintoja. Kansallisesti ja globaalisti kestävä Suomi. Valtioneuvoston Kanslian Julkaisusarja 5/2006. Kestävän kehityksen toimikunta, Helsinki. 136 s. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=53983&lan=fi>
67. VN 2006. Valtioneuvoston periaatepäätös kansallisesti kestävä kehityksen strategiasta. Valtioneuvosto, Helsinki. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=60377>
68. SRE 2008. Suomalaisen Ruokakulttuurin Edistämishjelma. Maa- ja metsätalousministeriö, Helsinki. [http://www.sre.fi/ruoka.fi/www/fi/liitetiedostot/Microsoft\\_Word\\_-\\_ruokakulttuuriohjelma\\_paeiv.pdf](http://www.sre.fi/ruoka.fi/www/fi/liitetiedostot/Microsoft_Word_-_ruokakulttuuriohjelma_paeiv.pdf)
69. SRE 2011. Suomalaisen Ruokakulttuurin Edistämishjelma. Loppuraportti. Maa- ja metsätalousministeriö, Helsinki. [http://www.sre.fi/ruoka.fi/www/fi/liitetiedostot/sre\\_loppuraportti.pdf](http://www.sre.fi/ruoka.fi/www/fi/liitetiedostot/sre_loppuraportti.pdf)
70. STM 2010. Sosiaali- ja terveystietokanta STM Julkaisuja 2010:1. Sosiaali- ja terveysministeriö. Yliopistopaino, Helsinki 2010. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=1087414&name=DLFE-11163.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1087414&name=DLFE-11163.pdf)
71. Mäenpää, I. 2004. Kulutuksen ympäristökuormitus. Thule instituutti, Oulun yliopisto. 36 s. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=42088&lan=FI>
72. Huomisen ruoka – Kansallisen ruokastrategian taustaraportti. Maa- ja metsätalousministeriö, Ruokastrategiatyöryhmä. Helsinki. 50 s. [http://www.mmm.fi/attachments/mmm/tiedotteet/5qZTFTgQg/Huomisen\\_ruoka\\_-\\_kansallisen\\_ruokastrategian\\_taustaraportti.pdf](http://www.mmm.fi/attachments/mmm/tiedotteet/5qZTFTgQg/Huomisen_ruoka_-_kansallisen_ruokastrategian_taustaraportti.pdf)
73. Absetz, P. & Patja, K. (toim.) 2008. Ennaltaehkäisyn kehittäminen Päijät-Hämeen terveydenhuollossa: Interventiot osana Ikäihvä Päijät-Häme tutkimus- ja kehittämishanketta. Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysyhtymän julkaisuja 68. Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysyhtymän monistamo, Lahti.
74. NNR 2013. Nordic Nutrition Recommendations 2012. Part 1. Summary, principles and use. Nord 2013:009. Nordic Council of Ministers. 88 s. <http://dx.doi.org/10.6027/Nord2013-009>
75. Sydänliitto 2010. Ravinto sydänterveyden edistämiseksi. Suomen Sydänliitto ry. <http://verkkojulkaisu.viivamedia.fi/sydanliitto/suosituksset>
76. Syöpäjärjestöt 2013. Ravitsemussuositukset. <http://www.cancer.fi/ammattilaiset/ravitsemussuositukset>
77. Raulio, S., Ovaskainen, M., Tapanainen, H., Paturi, M., Virtanen, S. & Helldán, A. 2013. Ruokavalio entistä rasvaisempi, kovan rasvan osuus kasvanut – Finravinto 2012 -tutkimuksen tuloksia. Tutkimuksesta Tiivistä 4, lokakuu 2013. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki.
78. Parikka, S. & Martelin, T. 2011. Terveystä, hyvinvointia ja palvelujärjestelmän toimivuutta kuvaavien indikaattorien tarve, käyttö ja ongelmat. THL:n avainindikaattorihankkeen tietotarveyskyselyn tulokset 59/2011: 1–75.
79. Sarlio-Lähteenkorva, S. & Prättälä, R. 2012. Voidaanko ravitsemuspolitiikalla kaventaa väestön ravitsemuksen sosioekonomisia eroja? Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti. 49: 180–188.
80. YM 2008. Ehdotus kestävien hankintojen toimintaohjelmaksi. Julkisten hankintojen työryhmän ehdotus. Ympäristöministeriö, Helsinki. <http://www.ymparisto.fi/download.asp?contentid=80568&lan=FI>
81. EU 2011. Buying Green! A Handbook on Green Public Procurement. 2nd ed. European Commission.

82. OKKA 2013. Opetus-, kasvatusta- ja koulutusalojen säätiö - OKKA-säätiö. <http://www.okka-saatio.com>.
83. Helldán, A., Helakorpi, S., Virtanen, S. & Uutela, A. Suomalaisen aikuisväestön terveystietoisuus ja terveys, keuhat 2012. 15/2013:1-192. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110537/URN\\_ISBN\\_978-952-245-931-2.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110537/URN_ISBN_978-952-245-931-2.pdf?sequence=1)
84. Ruokakasvatuksen monet muodot ja sen yhteydet kestäväkasvatukseen. Teoksessa: Risku-Norja, H., Jeronen, E., Kurppa, S., Mikkola, M. & Uitto, A. (toim.) Ruoka - oppimisen edellytys ja opetuksen voimavara. Ruralia Instituutti, Julkaisuja 25. Helsingin yliopisto: 27-37. Helsinki. <http://www.helsinki.fi/ruralia/julkaisut/pdf/Julkaisuja25.pdf>
85. OPH. Perusopetuksen Opetussuunnitelman Perusteet 2004. Vammala. [http://www02.oph.fi/ops/perusopetus/pops\\_web.pdf](http://www02.oph.fi/ops/perusopetus/pops_web.pdf): Opetushallitus
86. OKM & Nuori Suomi 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7–18-vuotiaille. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry, Helsinki [http://www.nuorisuomi.fi/fyysisen\\_aktiivisuuden\\_suosituksat](http://www.nuorisuomi.fi/fyysisen_aktiivisuuden_suosituksat)
87. Massa, I., Lillunen, A. & Karisto, A. 2006. Ruokaan liittyvät uudet merkitykset. Teoksessa: Mononen, T. & Silvasti, T. (toim.). Ruokakysymys: Näkökulmia yhteiskuntatieteelliseen elintarviketutkimukseen. Gaudemus, Helsinki. s. 158–182.
88. Brown, E., Dury, S. & Holdsworth, M. 2009. Motivations of consumers that use local, organic fruit and vegetable box schemes in central England and southern France. *Appetite*, 2, 53: 183–187.
89. Evira 2013. Pakkausmerkintäselvitykset. <http://www.evira.fi/portal/fi/elintarvikkeet/valmistus-ja-myynti/pakkausmerkinnat/pakkausmerkintäselvitykset>
90. Pro Luomu 2013. Luomu Suomessa 2012. [http://proluomu.fi/wp-content/uploads/sites/3/2013/04/Luomu\\_Suomessa\\_2012\\_1904-13.pdf](http://proluomu.fi/wp-content/uploads/sites/3/2013/04/Luomu_Suomessa_2012_1904-13.pdf)
91. Reilu kauppa 2013. 15 vuotta Suomessa. Reilun kaupan edistämisyhdistys ry. [http://www.reilukauppa.fi/fileadmin/user\\_upload/reilukauppa/Tiedostoja/Vuosiraportti\\_2012\\_web.pdf](http://www.reilukauppa.fi/fileadmin/user_upload/reilukauppa/Tiedostoja/Vuosiraportti_2012_web.pdf)
92. Almaani, M., Aylwinblanco, P., Barbato, C., Benavides, D., Burman, M., Cacouris, P., Palacios, C., Sorensen, J., Sorgeloose, T., Vanier, C. & Vemali, G. 2004. Retailers' Communication to Promote Sustainable Consumption. UNEP DTIE and HEC School of Management.
93. Csutora, M. 2012. One more awareness gap? the Behaviour–Impact gap problem. 2012. *Journal of Consumer Policy* 35: 145–163.
94. Roininen, T. 2012. Consumer perceptions of environmentally and climatically significant food consumption. A focus group study in the Finnish context. Pro gradu -tutkielma, Aalto Yliopisto; Helsinki.
95. A.C. Nielsen 2008. Horeca rekisteri. <http://fi.nielsen.com/news/documents/HORECA-TIEDOTE.pdf>
96. Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (toim.) 2012. Liikkuva koulu -ohjelman pilotointivaiheen 2010–2012 loppuraportti. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 26. [http://www.liikkuvakoulu.fi/filebank/15-Liikkuvakoulu\\_loppuraportti\\_web.pdf](http://www.liikkuvakoulu.fi/filebank/15-Liikkuvakoulu_loppuraportti_web.pdf)
97. DEHKO 2011. Diabeteksen ehkäisy ja hoidon kehittämissuunnitelma DEHKO 2000–2010. Loppuraportti. Diabetesliitto, Pori 2011. [http://www.diabetes.fi/files/1373/Dehkon\\_loppuraportti.pdf](http://www.diabetes.fi/files/1373/Dehkon_loppuraportti.pdf)
98. Lindström, J. & Ilanne-Parikka, P.M. 2006. Sustained reduction in the incidence of type 2 diabetes by lifestyle interven-



- tion: Follow-up of the Finnish diabetes prevention study. *Lancet*: 368: 1673–1679.
99. Haapola, I., Karisto, A. & Fogelholm, M. (toim.). 2013. Vanhuusikä muutoksessa. Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen tuloksia 2002-2012. Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysyhtymän julkaisuja 72.
  100. Absetz, P., Valve, R., Oldenburg, B., Heinenon, H., Nissinen, A., Fogelholm, M., Ilvesmäki, V., Talja, M. & Uutela, A. 2008. Elintapainterventiolla saavutettiin osa diabeteksen ehkäisy tutkimuksen tuloksista. *Suomen lääkirilehti* 63(22): 2065–70.
  101. Hankonen, N. & Absetz, P. 2012. Ennustaako koulutustausta naisten elämäntapamuutoksia tyyppin 2 diabeteksen ehkäisyinterventiossa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*. 49: 162–169.
  102. Pohjolainen, P., Tiihonen, A., Simonen, M., Takala, K. & Sulander, T. 2009. Pitkäaikaistyöttömien terveys, toimintakyky ja elintavat. Hämeenkyrön kehittämishankkeen tuloksia. *Ikäinstituutti. Raportteja 5/2009. Ikäinstituutti*
  103. Parrukoski, S. 2010. Myllypuron diakonia-työ ja elintarvikejakelu. Teoksessa: Bardy, M. & Parrukoski, S. (toim.). Hyvinvointi ilmastomuutoksen oloissa? Keskustelun-avauksia tulevaisuusvaliokunnalle. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Yliopistopaino, Helsinki. s. 164–169.
  104. Salo, A. 2011. Kestävä kehitys julkisissa ruokapalveluissa, Hyviä käytänteitä ammattikeittiöissä. Savonia ammattikorkeakoulu. Savonlinna.
  105. Absetz, P., Jallinoja, P., Suihko, J., Bingham, C., Kinnunen, M., Ohrankämnen, O., Sahi, T., Pihlajamäki, H., Paturi, M. & Uutela, A. 2010. Varusmiesten ravitsemus ja muut elintavat sekä terveyden riskitekijät palveluksen aikana. Kuuden kuukauden seuranta tutkimus. THL Raportti 16/2010. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Yliopistopaino, Helsinki
  106. Saaristo, T., Peltonen, M., Keinänen-Kiukaanniemi, S., Vanhala, M., Saltevo, J., Niskanen, L., Oksa, H., Korpi-Hyövälti, E. & Tuomilehto, J. 2007. FIN-D2D Study Group. National type 2 diabetes prevention programme in Finland. *International Journal of Circumpolar Health* 66(2): 101–12.
  107. Absetz, P. & Hankonen, N. 2011. Elämäntapamuutoksen tukeminen terveydenhuollossa: Vaikuttavuus ja keinot. *Duodecim* 127: 2265–2272.
  108. Rautio, N., Jokelainen, J., Oksa, H., Saaristo, T., Peltonen, M., Niskanen, L., Puolijoki, H., Vanhala, M., Uusitupa, M., Keinänen-Kiukaanniemi, S. 2012. FIN-D2D Study Group. Socioeconomic position and effectiveness of lifestyle intervention in prevention of type 2 diabetes: one-year follow-up of the FIN-D2D project. *Scandinavian Journal of Public Health* 39(6): 561–70.
  109. Kiiskinen, U., Vehko, T., Matikainen, K., Natunen, S. & Aromaa, A. 2008. Terveiden edistämisen mahdollisuudet – vaikuttavuus ja kustannusvaikuttavuus. *Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:1*. Helsinki.
  110. Traill, W.B., Shankar, B., Verbeke, W., Hoefkens, C., Mazzocchi, M., Capacci, S., Ramach, T., Saba, A., Gennaro, L., Niedzwiedzka, B., Bech-Larsen, T., Aschemann-Witzel, J., Wills, J., Kuhn, S. & Sadler, C. 2012. Effectiveness of policy interventions to promote healthy eating and recommendations for future action: Evidence from the EatWell Project. Deliverable 5.1. <http://www.eatwellproject.eu/en/>
  111. Pérez-Cueto, F.J.A., Aschemann-Witzel, J., Shankar, B., Brambila-Macias, J., Bech-Larsen, T., Mazzocchi, M., Capacci, S., Saba, A., Turrini, A., Niedzwiedzka, B., Piorecka, B., Koziol-Kozakowska, A., Will, J.W.B. & Verbeke, W.J. 2013. Assessment of evaluations made to healthy eating policies in Europe: a review within the EATWELL project. *Public Health Nutrition* 15: 1489–1496.

112. Capacci, S. & Mazzocchi, M. 2011. Five-a-day; a price to pay: An evaluation of the UK program impact accounting for market forces. *Journal of Health Economics*, 30(1): 87–98.
113. Horne, R.E. 2009. Limits to labels: The role of eco-labels in the assessment of product sustainability and routes to sustainable consumption. *International Journal of Consumer Studies* 33: 175–182.
114. Grunert, K. 2011. Sustainability in the food sector: A consumer behaviour perspective. *International Journal of Food System Dynamics* 2: 207–2018.
115. Grunert, K., Hieke, S. & Wills, J. 2013. Sustainability labels on food products: Consumer motivation, understanding and use. 134th seminar of the European Association of Agricultural Economics. Paris, France.
116. Mont, O. & Plepys, A. 2009. Sustainable consumption progress: should we be proud or alarmed? *Journal of Cleaner Production* 16: 531–537.
117. Wirsenius, S., Hedenus, F. & Mohlin, K. 2011. Greenhouse gas taxes on animal food products: Rationale, tax scheme and climate mitigation effects. *Climate Change* 108: 159–184.
118. Edjabou, L.D. & Smed, S. 2013. The effect of using consumption taxes on foods to promote 96.
119. Lang, T. 2012. Food matters: An integrative approach to food policy, key note address. <http://www.oecd.org/site/agrfcn/>
120. National Food Administration 2009. The National Food Administration's environmentally effective food choices, proposal notified to the EU 15.05.09. [http://www.slv.se/upload/dokument/miljo/environmentally\\_effective\\_food\\_choices\\_proposal\\_eu\\_2009.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/miljo/environmentally_effective_food_choices_proposal_eu_2009.pdf)
121. Wisenius, K. 2010. The free movement of goods within the EU contra national measures protecting the environment and health. Master Thesis, University of Leiden, Germany.
122. Health Council of the Netherlands 2011. Guidelines for a healthy diet: the ecological perspective. Health council of the Netherlands, The Hague, Netherlands.
123. German Council for Sustainable Development 2013. The sustainable shopping basket. 26.10.2013. [http://www.nachhaltigkeitsrat.de/fileadmin/user\\_upload/English/pdf/publications/brochures/Brochure\\_Sustainable\\_Shopping\\_Basket.pdf](http://www.nachhaltigkeitsrat.de/fileadmin/user_upload/English/pdf/publications/brochures/Brochure_Sustainable_Shopping_Basket.pdf)
124. UK Sustainable development Commission 2009. Setting the table – Advice to government on priority elements of sustainable diets. <http://www.sd-commission.org.uk/publications.php?id=1033>
125. Lang, T. & Barling, D. 2013. Nutrition and sustainability: An emerging food policy discourse. *Proceedings of the Nutrition Society* 72: 1–12.
126. Power, K. & Mont, O. 2012. Analysis of latest outcomes of academic work on sustainable consumption 2010–2012. ETC/SCP Working Paper 3/2013. European Topic Centre on Sustainable Consumption and Production. Copenhagen, Denmark
127. Berger, G., Pisano, U., Szlezak, J. & Csoobod E. 2011. The CORPUS research agenda for sustainable food consumption in Europe. <http://www.scp-knowledge.eu/>
128. Block, G. 2004. Foods Contributing to Energy Intake in the US: Data from NHANES III and NHANES 1999–2000. *Journal of Food Consumption and Analysis* 17: 439–447.
129. Zheng, Y. & Kaiser, H.M. 2008. Advertising and U.S. Nonalcoholic Beverage Demand. *Agricultural and Resource Economics Review* 37(2): 147–159.
130. Jensen, J.D. & Smed, S. 2013. The Danish tax on saturated fat – short run effects

- on consumption, substitution patterns and consumer prices of fats. *Food Policy* 42: 18–31.
131. Lintukangas, S. 2009. Kouluruokailuhenkilöstö matkalla kasvattajaksi. Väitöskirja. Helsingin Yliopisto, Käyttäytymistieteen laitos. <http://hdl.handle.net/10138/20045>
132. Risku-Norja, H., Jeronen, E., Kurppa, S., Mikkola, M. & Uitto, A. (toim.) Ruoka - oppimisen edellytys ja opetuksen voimavara. Ruralia Instituutti, Julkaisuja 25. Helsingin yliopisto. s. 27–37. Helsinki. <http://www.helsinki.fi/ruralia/julkaisut/pdf/Julkaissuja25.pdf>
133. Koskinen, S., Lundqvist, A. & Ristiluoma, N. 2012. Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011. THL Raportti 68/2012.
134. Ayres, R.U., vanden Bergh, J.C. & Gowdy, J. M. 2001. Strong versus weak sustainability: economics, natural sciences, and “conscience”. *Environmental Ethics* 23: 155–168.
135. Morel, N., Palier, B. & Palme, J., (toim.) 2012. Towards a Social Investment WelfareState? Ideas, Policies and Challenges. Policy Press, Bristol.
136. Alaja, A. Sosiaalisten investointien kolmas tie. Teoksessa: Alaja, A. (toim.) Kriisikierteestä hyvän kehään. Kalevi Sorsan säätiön julkaisuja 4/2012. Kalevi Sorsan säätiö 2: 67–95. <http://sorsafoundation.fi/files/2012/12/2012-4-Kriisikierteest%C3%A4-hyv%C3%A4n-keh%C3%A4n-web.pdf>
137. STM 2013. Lapsi- ja perhepolitiikka Suomessa. STM Esitteitä 9. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki
138. STM 2013. Sosiaalisesti kestävä Suomi 2020. Sosiaali- ja terveystieteiden strategia. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=39503&name=DLFE-14357.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-14357.pdf)

## Liite 1. HYVINVOIPA-hankkeen tuotokset

### Julkaisut

- Irz, X. & Kurppa, S. 2013. Inter-household variations in environmental impact of food consumption in Finland. MTT Discussion Papers 1/2013. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201311257398>
- Ovaskainen, M.-L., Nummela, O., Holstila, A.-L., Kosola, M. & Helakorpi, S. 2013. Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: terveellisen liikunnan ja ravinnon edistäminen, Hyvinvoipa-projektin väliraportti. Terveystieteiden tutkimuskeskus, Työpöytäpaperi 9/2013.
- Nisonen, S. 2012. Ympäristöpolitiikan integraatio terveys-, maatalous- ja elintarvike-sektoreilla synergiat ja ristiriidat suomalaisissa ruokaa ja ravitsemusta käsittelevissä politiikka-asiakirjoissa. 101 s. [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/36025/gradu\\_nisonen.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/36025/gradu_nisonen.pdf?sequence=1)
- Rauhanen, T. 2013. Terveellisten elintapojen taloudelliset ohjauskeinot. VATT Muistiot 30. Valtion taloudellinen tutkimuskeskus. [http://www.vatt.fi/file/vatt\\_publication\\_pdf/muistiot\\_30.pdf](http://www.vatt.fi/file/vatt_publication_pdf/muistiot_30.pdf)
- Risku-Norja, H., Isola, A.-M. & Nisonen, S. 2012. Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: terveys ja kestävä kehitys politiikka-asiakirjoissa. MTT Raportti 79. 77 s. <http://jukuri.mtt.fi/bitstream/handle/10024/438288/mttraportti79.pdf>
- Risku-Norja, H. & Muukka, E. 2013. Food and sustainability: local and organic food in Finnish food policy and in institutional kitchens. Acta Agriculturae Scandinavica, Section B - Soil & Plant Science 63 Supplement 1: 8-18. <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09064710.2013.771701>.
- Risku-Norja, H. 2013. Entä jos hyvinvointia lisäävä valinta kuormittaisi vähemmän ja maksaisi vähemmän? Maaseudun tiede Liite 3. 28.10.2013: 8.

### Konferenssiesitykset

- Irz, X. & Kurppa, S. 2013. Inter-household variations in environmental impact of food consumption in Finland. Teoksessa: Book of Abstracts. Futures for Food, 6-7 June 2013, Turku, Finland. Finland Futures research Centre. s. 43. <http://futuresconference2013.files.wordpress.com/2013/05/futures-for-food-boa-web.pdf>
- Muukka, E. & Risku-Norja, H. 2013. The impact of organic diet on nutrition and on food purchasing costs: Comparative case study within Finnish municipal day care. Teoksessa: Kahl, J. ym. (toim.) Book of Abstracts: 2nd International Conference on Organic Food Quality and Health Research 5-7 June, 2013, Warsaw, Poland. s. 38. <http://www.fqh2013.org/fileadmin/documents-fqhconference/2013/fqh2013-book-of-abstracts.pdf>
- Nisonen, S. 2013. Food policy coherence: estimating total synergies and contradictions in policy documents. Teoksessa: Book of Abstracts. Futures for Food, 6-7 June 2013, Turku, Finland. Finland Futures Research Centre University of Turku. s. 16. <http://www.fqh2013.org/fileadmin/documents-fqhconference/2013/fqh2013-book-of-abstracts.pdf>
- Risku-Norja, H., Isola, A.-M., Nisonen, S. & Kurppa, S. 2013. Human and environmental well-being: Food, health and sustainability in Finnish policy documents. Teoksessa: Book of Abstracts. Futures for Food, 6-7 June 2013, Turku, Finland. Finland Futures Research Centre. s. 23.
- Risku-Norja, H. & Kurppa, S. 2013. Food and sustainability in Finnish food policy and in school catering. Teoksessa: 7th World Environmental Education Congress (WEEC) June 9 - 14, 2013, Marrakech, Morocco, Abstracts. 1 s.

- Risku-Norja, H., Kurppa, S., Ovaskainen, M.-L. & Helakorpi, S. 2013. Streamlining food and health policies: Food, nutrition and physical activity in the sustainability perspective. Teoksessa: Annual meeting of ISBNA International Society of Behavioural Nutrition and Physical Activity 2013. May 22-26 2013 Ghent, Belgium. Book of abstracts. s. 633. [http://secure.isbnpa.org/media/pdfs/abstracts/2013/ISBNPA2013\\_Abstract\\_Book.pdf](http://secure.isbnpa.org/media/pdfs/abstracts/2013/ISBNPA2013_Abstract_Book.pdf)
- Risku-Norja, H., Kurppa, S., Ovaskainen, M.-L., Nummela, O., Helakorpi, S., Rauhanen, T. & Irz, X. 2013. Human and environmental wellbeing - streamlining the policy approach. 2nd GRF One Health Summit 2013. One Health - One Planet - One Future. Theme: Cross-sectoral policies, strategies & tools. Risks and Opportunities. 17 - 20 November 2013, Davos, Switzerland.
- Risku-Norja, H., Muukka, E. & Mikkola, M. 2012. What is local? Local food in food policy and in institutional kitchens: case Finland. Teoksessa: NJF Conference "Local Food - a Step towards Better and more Environmentally Friendly Products. NJF Report 8 4: 11-12. [http://www.njf.nu/filebank/files/20121106\\$211337\\$fil\\$QMDQ6njYT8qiA40O5UsY.pdf](http://www.njf.nu/filebank/files/20121106$211337$fil$QMDQ6njYT8qiA40O5UsY.pdf)
- Risku-Norja, H. 2014. Policy goals regarding the organic sector in Finland. 18<sup>th</sup> IFOAM organic World conference. ICEC, 13-15 October 2014, Istanbul, Turkey.
- Risku-Norja, H. & Muukka, E. 2014. Organic food in Finnish food policy and in praxis. Maataloustieteen päivät 8. - 9.1.2014. Helsinki
- Risku-Norja, H. & Nuutila, J. 2014. Policy goals, research and research needs regarding organic sector in Finland. The 11th European IFSA Symposium. Farming systems facing global challenges: Capacities and strategies. 1-4 April 2014 Berlin, Germany

## Liite 2. HYVINVOIPA-hankkeen toteutus ja toteuttajat

Hanke toteutettiin vuosina 2011–2013 yhteistyössä kolmen valtion tutkimuslaitoksen – Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen (MTT), Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) ja Valtion taloudellisen tutkimuskeskuksen (VATT) 2011–2013 yhteistyönä. Hanketta rahoitti neljä eri ministeriötä: sosiaali- ja terveysministeriö STM, maa- ja metsätalousministeriö MMM, opetus- ja kulttuuriministeriö OKM sekä työ- ja elinkeinoministeriö TEM, ohjausryhmässä oli mukana lisäksi valtiovarainministeriö VM.

### **Ohjausryhmä**

#### ***Pubeenjohtaja:***

Suvi Ryyänen, ylitarkastaja, MMM, suvi.ryyanen@mmm.fi

#### ***Jäsenet:***

Eeva-Liisa Koltta-Sarkanen, ylitarkastaja, TEM, eeva-liisa.koltta-sarkanen@tem.fi

Seppo Kangaspunta, neuvotteleva virkamies, TEM, seppo.kangaspunta@tem.fi

Petri Koskela, ylitarkastaja, MMM, petri.koskela@mmm.fi

Laura Vartia, erityisasiantuntija, VM, laura.vartia@vm.fi

Sirpa Sarlio-Lähteenkorva, STM, sirpa.sarlio-lahteenkorva@stm.fi

Päivi Aalto-Nevalainen, kulttuuriasian neuvos, OKM, paivi.aalto-nevalainen@minedu.fi

Päivi Järvinieniemi, työmarkkinaneuvos, TEM, paivi.jarvinieniemi@tem.fi (varalla)

Minna Paajanen, OKM, minna.paajanen@minedu.fi

### **Tutkimusryhmä:**

#### ***Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskus MTT***

##### ***Biotekniikka ja elintarviketutkimus (BEL)***

Professori Sirpa Kurppa: koordinointi

Projektitutkija Sampsa Nisonen: WP 1

Tutkijat Marja Pinolehto, Virpi Vorne: WP 3

##### ***Taloustutkimus (TAL)***

Professori Xavier Irz: WP 2, WP 3

Erikoistutkija Helmi Risku-Norja: WP 1

##### ***Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL***

Erikoistutkijat Marja-Leena Ovaskainen, Satu Helakorpi, Mikko Kosola, Anna-Leena Holstila: WP2

Erikoistutkija Olli Nummela: WP 2, WP 3

Projektitutkija Anna-Maria Isola: WP 1

##### ***Valtion taloudellinen tutkimuskeskus VATT***

Erikoistutkija Timo Rauhanen: WP 4

#### ***Ohjausryhmä on kokoontunut 9 kertaa:***

2013: 21.1., 21.5., 6.6. (sähköpostikokous), 27.9., 22.11.

2012: 23.3., 27.9.

2011: 1.6., 28.11.

#### ***Tutkimusryhmä on kokoontunut 9 kertaa:***

2013: 21.2., 11.3., 12.4., 4.9., 16.10., 22.11.

2012: 7.2., 21.11.

2011: 28.11.

#### ***Järjestetyt tilaisuudet***

Työpaja: 23.3.2012

Asiantuntijaseminaari: 25.2.2013

Loppuseminaari: 7.2.2014



## Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: yhteinen päämäärä, yhteinen politiikka

**HYVINVOIPA**-hankkeessa pyrittiin luomaan keskinäistä ymmärrystä politiikan eri sektoreiden välille. Tehtävänä oli selvittää ruokaan, ravitsemukseen ja liikunta-aktiivisuuteen liittyviä poliittisia tavoitteita, niiden toteutumista eri väestöryhmissä ja tavoitteiden yhteyttä kestävyyspyrkimyksiin. Lisäksi kerättiin kokemuksia käytössä olevista ohjauskeinoista ja niiden vaikutuksista.

Suomalaisen politiikan eri sektoreilla tavoitteet eivät aina tue johdonmukaisesti toisiaan. Suoranaisia ristiriitoja on vähän, mutta poliittisen ohjauksen synergiaetuja jää käyttämättä, sillä monesta suunnasta tuleva yksipuolinen tieto aiheuttaa ongelmia tavoitteenasettelussa ja toiminnassa.

Kestävyiden teemat painottuvat ympäristöasioihin ja taloudellisiin kysymyksiin. Tavoitteiden taustalla on senkaltainen kestävyiden tulkinta, joka korostaa talouden ensisijaisuutta pyrittäessä kohentamaan ympäristön tilaa ja väestön hyvinvointia. Sosiaalisen kestävyiden näkökulma on läsnä, mutta se on useimmiten julkilausumaton. Julkisten toimijoiden merkitys kestävyyskysymyksissä tunnustetaan, mutta konkreettiset tavoitteet eivät tue edelläkävijyyttä. Kansalaisten omien valintojen merkitystä painotetaan, ja valintojen ohjaamiseksi on tarjolla runsaasti tietoa.

Tietoa hyödynnetään valikoivasti. Kulutuskäyttäytymistä ohjaavat useimmiten henkilökohtaiset päämäärät eivätkä ajallisesti tai maantieteellisesti etäällä olevat kestävyystavoitteet. Verrattuna pienituloisiin ja vähemmän koulutettuihin hyvin toimeentuleva kansanosa syö terveellisemmin. Se myös liikkuu vapaa-aikanaan enemmän ja elää pitempään, mutta sen ruokavalinnat kuormittavat myös enemmän ympäristöä.

Politiikan tehtävänä on huolehtia siitä, että kestävät valinnat olisivat itsestäänselvyys, helpoin, houkuttelevin ja edullisin vaihtoehto. Informaatio-ohjauksen lisäksi tulisikin käyttää tehokkaasti myös taloudellisia kannustimia, suosituksia, lainsäädäntöä ja sääntelyä sekä yhteiskunnan palvelujärjestelmiä. Ennen kaikkea tarvitaan konkreettisia toimia, joilla arkinen ympäristö ja julkinen tila muutetaan kestäviä valintoja suosivaksi vaikuttamalla tuotteiden ja palveluiden tarjontaan, näkyvyyteen ja mainontaan.

MTT julkaisee tutkimustuloksiaan kahdessa raporttisarjassa:  
MTT Kasvu, MTT Tiede ja MTT Raportti.

**MTT KASVU**  
[www.mtt.fi/julkaisut](http://www.mtt.fi/julkaisut)

MTT Kasvu -sarjassa julkaistaan oppaita ja raportteja maatalous- ja elintarviketutkimuksesta sekä maatalouden ympäristötutkimuksesta. Tuloksista kerrotaan käytännönläheisesti ja ymmärrettävästi. Lukijoille tarjotaan tietoa MTT:n kaikilta tutkimusaloilta eli biologiasta, teknologiasta ja taloudesta.

MTT, 31600 Jokioinen, puh. 0295 300 700, sähköposti [julkaisut@mtt.fi](mailto:julkaisut@mtt.fi)