

Lisää liikuntaa Satujen saarilta?

POHDITTUA

Kansallinen liikuntafoorumi vietti lokakuun lopussa viisivuotispäiväänsä työn merkeissä Seinäjoella. Esillä oli muun muassa juuri foorumin alla valmistunut Liikuntapoliittinen selonteko. Paperi on kattava katsaus nykytilaan ja tulevaisuuden näkymiin. Se kertoo, että paljon on tehty, mutta vielä enemmän olisi haluttu tehdä – ja tekemistä riittää tulevaisuudessakin.

Liikuntapoliittinen selonteko havainnollistaa jopa tahattomasti, miten vaikea ihmisten liikkumisen määrään on vaikuttaa. Silti siitä henkii luottamus tai ainakin virallinen toiveikkuus valtion sanan voimaan liikunnan kentällä. Liikuntakulttuurin muutosyritykset linkittyvät kuitenkin yhä liian heikosti yhteiskunnan muuttumiseen tai yksilötason todellisuuteen. Liikkumisen ja liikkumattomuuden syyt ovat monet.

Selonteosta tiistaina 20. marraskuuta käyty eduskuntakeskustelu noudatteli yllätyksettämiä linjoja. Yksimielisyys vallitsi liikkumattomuuden kiroista. UKK-instituuttia voi onnitella liikkumattomuuden hintalapun läpimenosta. Tutkimusartikkelien loppukaneettien tapaan voi todeta: lisätutkimusta tarvitaan tältä osin. Mikä on laulamattomuuden yhteiskunnallinen hinta?

Selonteon painotusten kommentointi lähti puolueiden aatepohjasta. Oikealla on enemmän ymmärrystä yksityiseen tekemiseen kuin vasemmalla. Erot eivät kuitenkaan ole järisyttäviä. Harvoin näkee, että **Simon Elo** (sin.) löisi poliittisia yläfemmoja **Paavo Arhinmäen** (vas.) kanssa. Kyse oli liikuntapudokaista, joiden poimintaan molemmat haluavat löytää keinoja.

Mutta mikä on selonteon painoarvo? Pitkälti tämä riippuu siitä, mitä seuraava hallitus haluaa linjata liikuntapolitiikasta. Perinteenä on ollut, että edeltäjän perinnön pohjalta ei ole sitten liikuntalain 1979 rakennettu. Elonpäiviä ei lupaa se, että selonteon takana on niukalti poliittista voimaa. Sen saattoi liikkeelle ex-kokoomukselainen, sittemmin oman poliittisen liikkeen perustanut **Harry Harkimo** ja pani toimeksi **Sampo Terho**, jonka puolue keikkaa gallupeissa parin prosentin vaiheilla.

Sanapari ”Islannin ihme” sisältyi eduskunnassa moneen puheenvuoroon. Suomeenkin haluttaisiin kokeilujen kautta luoda ihmistaimien ihmeellinen koulimisalusta. Islannin yliopiston apulaisprofessori **Viðar Halldórsson** kertoi Liikuntafoorumissa, että ihme ei olekaan varsinainen ihme, vaan pienen yhteiskunnan yhteistyön tuloksena liikkeelle saatu kehityskulku.

Kiinnostavaa on, että islantilainen urheilu murtautui laajaan kansainväliseen tietoisuuteen vuoden 2008 talousromahduksen jälkeen. Joka tapauksessa Islannissa ytimessä on ollut kansalaistoiminnan yhdistäminen ammattitaitoiseen johtamiseen ja valmennukseen. Vapaaehtoisten ja palkattujen työntekijöiden yhteistyö on asetunut paikoilleen, vaikka aivan kitkatonta se ei ole ollut Satujen saarellakaan. Samalla voimavarojen käyttöä on tehostettu ja olosuhteetkin ovat parantuneet.

Muutos on Islannissa lähtenyt ennen kaikkea ihmisten tekemisestä. Tulee väistämättä mieleen väkimäärältään liki yhtä suuri suomenruotsalainen yhteisö. ”Ankkalammesta” on noussut paljon urheilijoita, ja sen urheilukulttuurissa on samoja piirteitä kuin Islannissa. Islantilaisten menestyksessä on Halldórssonin mukaan kyse myös asenteesta. Islantilaisten lähtökohtana on se, että vastustaja ei voita ainakaan itseluottamuksen määrässä.

Lopuksi pieni sivupolku Liikuntalääketieteen päiville. Ansiokkaita esityksiä kuunnellessa tuli se tunne, että soveltavassa lääketieteessä on voimistumassa ajatus ihmisestä psykofyysisenä kokonaisuutena – näin ainakin elintapasairauksiin puretuvassa tutkimuksessa. Esimerkiksi suoliston mikrobisto vaikuttaa myös mielialaan.

Selväksi kävi, että liikunta voi olla lääkekin, mutta kaikkiin vaifoihin se ei pure. Haitaksi liikunta on kuitenkin hyvin harvalle. Lisävuosiakaan liikunta ei välttämättä tuo, mutta saattaa auttaa pääsemään terveempänä hautaan. Lohdullinen näkymä sinänsä. Eihän suomalainen halua vaifoiksi olla.

JOUKO KOKKONEN, FT
Erikoistutkija
Liikuntatieteellinen Seura
Sähköposti: jouko.kokkonen@lts.fi

**Yksimielisyys vallitsi liikkumattomuuden kiroista.
Mikä on laulamattomuuden yhteiskunnallinen hinta?**