

Suomesta liikunnallisen elämäntavan mallimaa

Tulevaisuuspäivä 5.3.2021

Ira Ahokas & Katariina Kiviluoto



Kaksi yhteiskunnallista haastetta



Arkiliikkumisen edistäminen ekoteko, terveysteko ja talousteko



STYLE tekee Suomesta kestävän ja terveen elämäntavan mallimaan kestävää kasvua tukemalla.

www.styletutkimus.fi

@styletutkimus



UNIVERSITY
OF TURKU

Miksi liikkuminen ei liikuta?



TIETOA
LIKKUMISESTA EI
HYÖDYNNETÄ
PÄÄTÖKSENTEOSSA



LIIKETOIMINTA JA
SUUNNITTELU EIVÄT
HUOMIO LIKKUMISTA



LIKKUMINEN ON
ERILLINEN OSA
ARKEAMME



YKSILÖN KIIRE,
TUNTEET &
OSATTOMUUS



LIKKUMINEN 2030

#jotainmuuta

Millaisia arvoja liikkumiseen liitetään vuonna 2030?

**ELÄMYKSET
JA KOKEMUKSET**



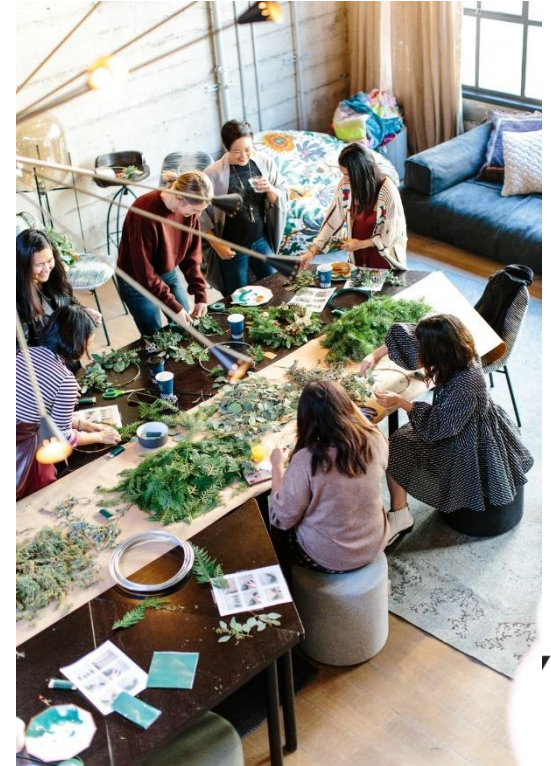
LIIKUNNAN ILO



**LUONTO JA
YMPÄRISTÖ**



**PERHE JA
YHTEISÖLLISYYS**



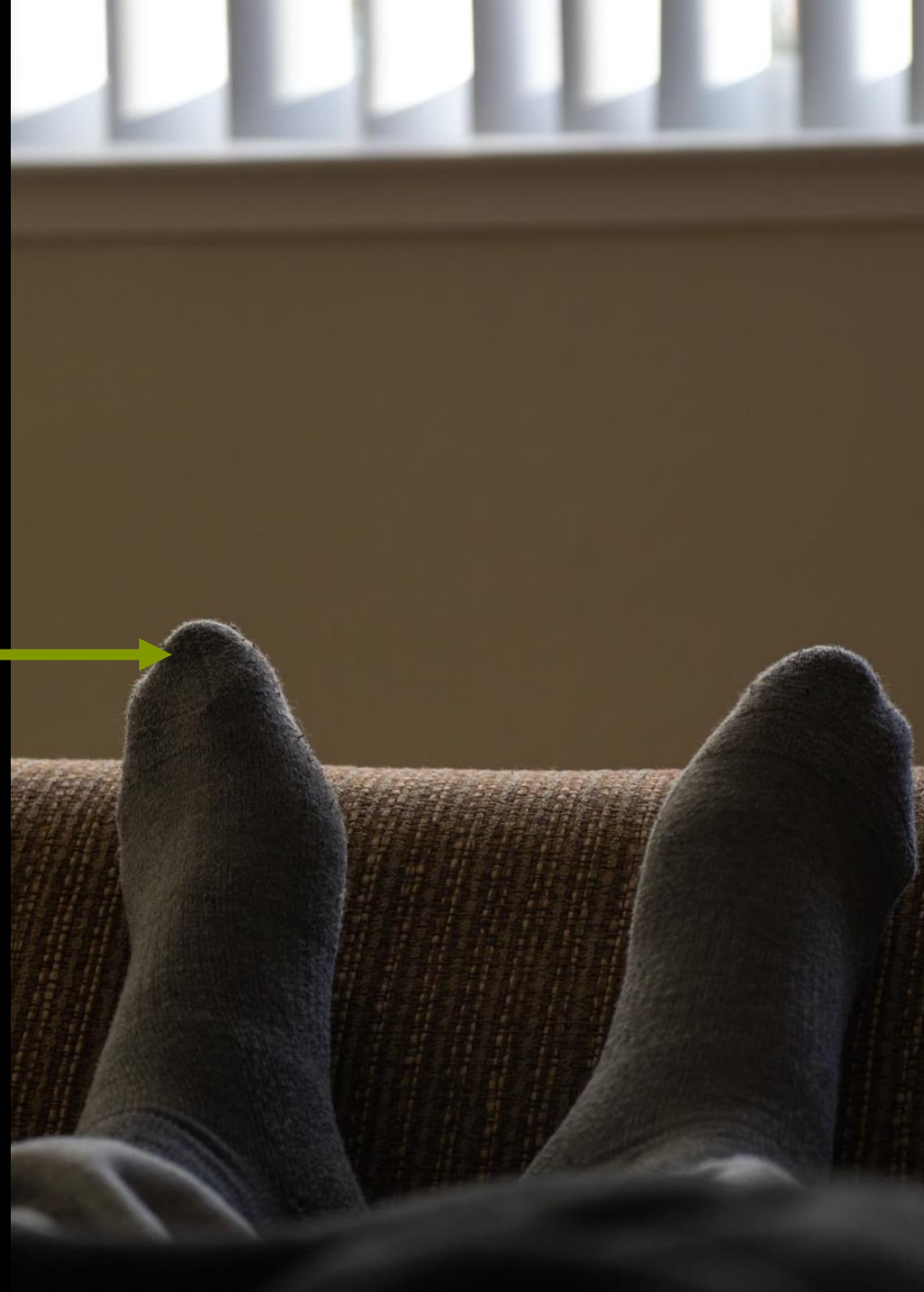


Mistä aineksista
elämäntapamme
muodostuvat
vuonna 2030?

AKTIIVINEN

PASSIIVINEN

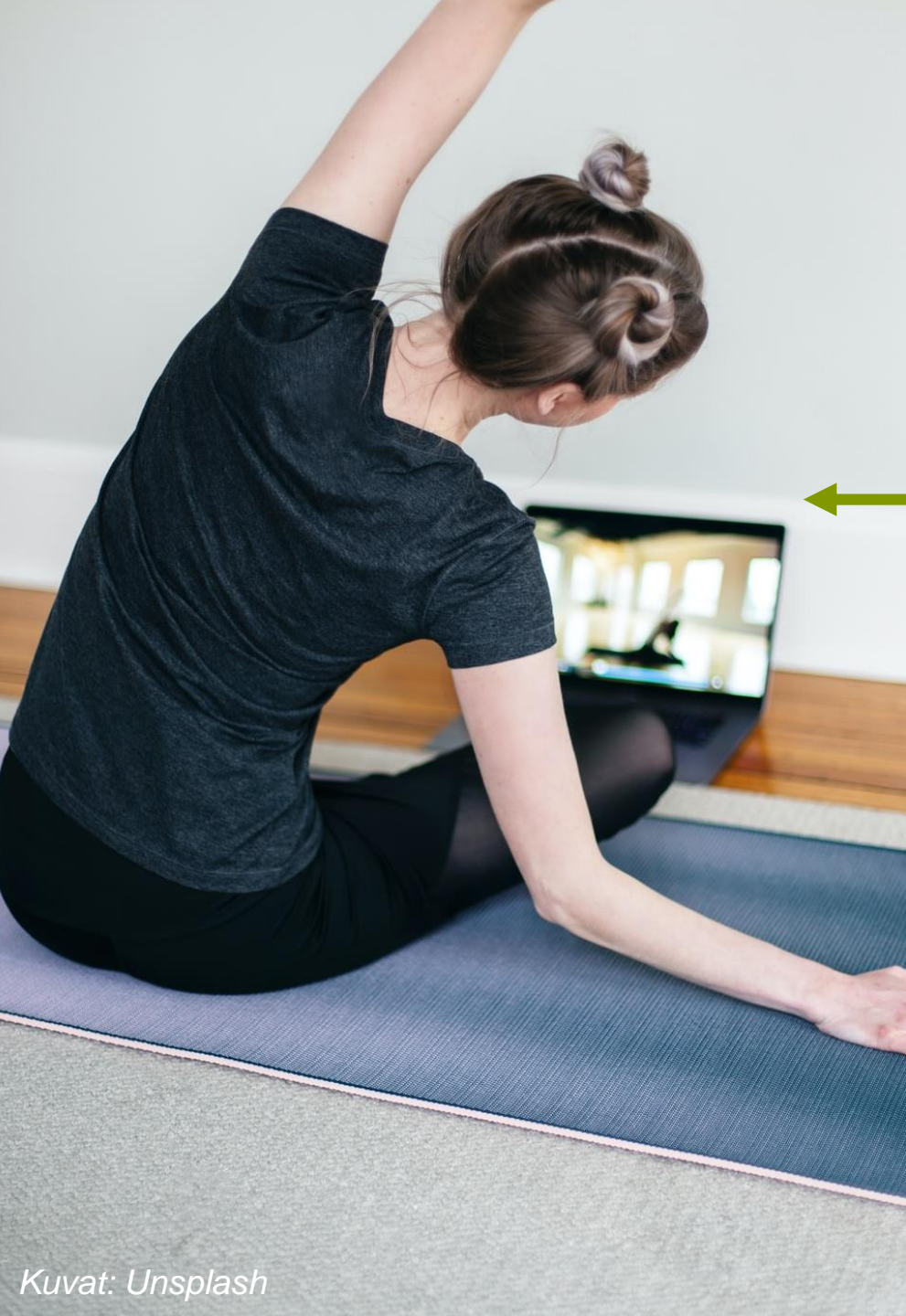
**Liikkuminen
2030**



Liikkuminen
2030

YKSIN

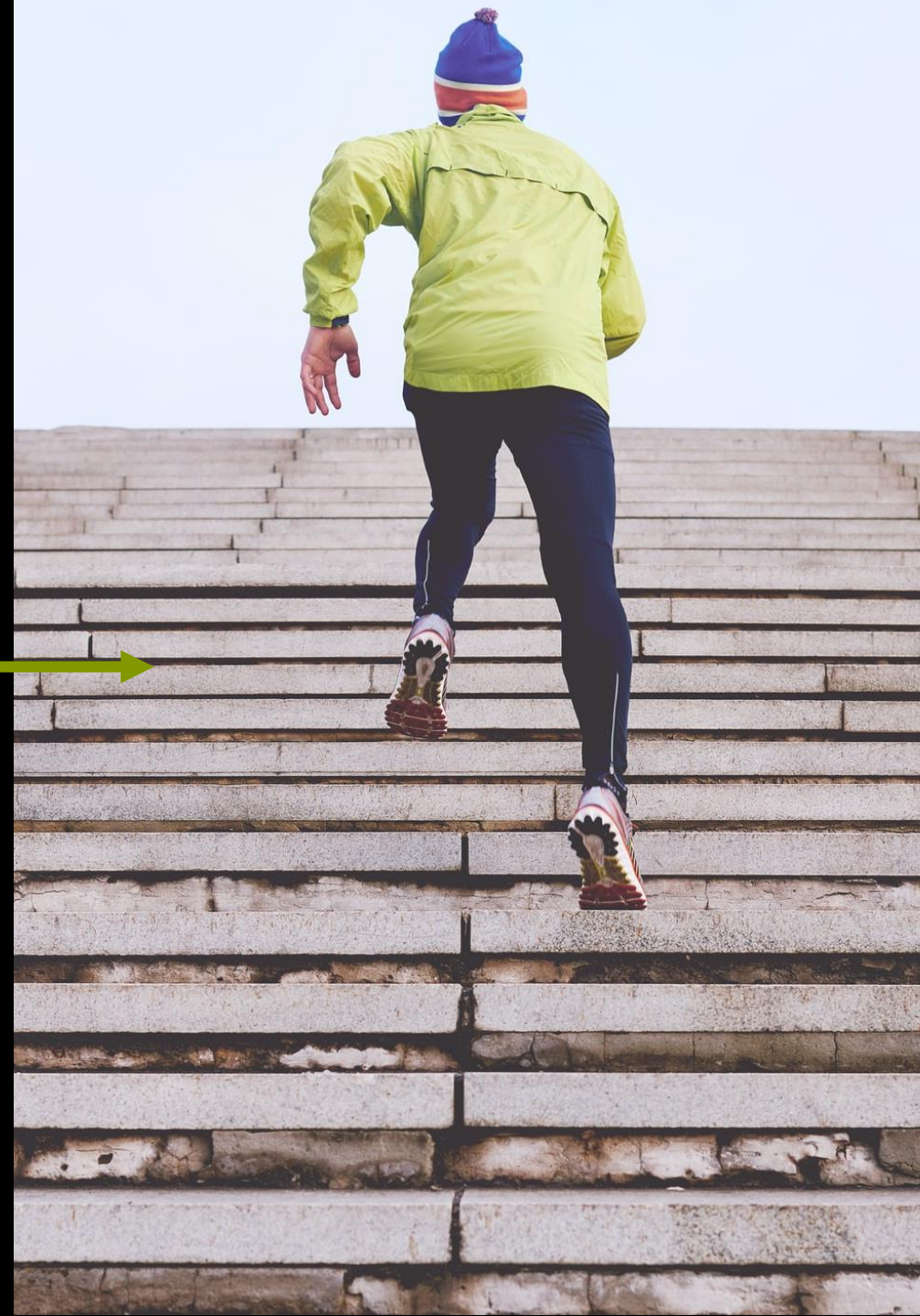
YHDESSÄ



**Liikkuminen
2030**

OHJATTU

DIY-LIIKUNTA



A woman wearing a black helmet, sunglasses, and a purple and black cycling jersey is riding a mountain bike on a dirt trail through a dense forest. Sunlight filters through the trees, creating a dappled light effect on the ground and foliage.

Liikkuminen 2030

VAUHTI & JÄNNITYS

A green arrow pointing from the text 'VAUHTI & JÄNNITYS' towards the mountain biker on the left.

LEPPOISA LUONTO

A green arrow pointing from the text 'LEPPOISA LUONTO' towards the boy running on the right.

Liikkuminen
2030

TERVE & HYVINVOIVA

RENTO & KIVA



Kiitos!

Ira Ahokas, ira.ahokas@utu.fi
Katariina Kiviluoto, katariina.kiviluoto@utu.fi

