

Kunnossa kaiken ikää -ohjelma



TIEDOTE

20.8.2019

Julkaistavissa 23.8.2019 klo 10.00

”Ensin juostiin räkä poskella, sitten tuli KKI”

TUORE TEOS PEILAA, MITEN KOKO SUOMI SAATIIN LIIKKEELLE – JA KUINKA KÄY JATKOSSA?

”Suomi on täynnä ihmisiä, jotka haluaisivat voida paremmin. Heidän on vain vaikea pukea sitä sanoiksi ja vielä vaikeampi heidän on tehdä sitä.” **Patrik Borg**, ravitsemusasiantuntija.

”Osa liikkuu enemmän kuin laki sallii ja toisilla kaikki elämän asiat menevät perseelleen.” **Juha Heikkala**, YTT.

”Ennaltaehkäisyssä tulokset näkyvät vasta viiveellä, se on pitkäjänteistä työtä.” **Anssi Rauramo**, Stadin kundi, joka saatiin kondikseen.

Liikkeelle! Kunnossa kaiken ikää -ohjelman tarina 25 vuotta on vasta ilmestynyt teos, joka peilaa terveysliikunnan edistämisen historiaa aina nykypäivään ja tulevaan 2020-lukuun. Kirjan on kirjoittanut kirjailija, toimittaja **Ulla-Maija Paavilainen**.

Teoksessa on haastateltu 34 terveyden ja hyvinvoinnin asiantuntijaa, jotka ovat vuosien varrella vaikuttaneet terveysliikunnassa. Kirja valottaa monipuolisesti valtakunnallisen aikuisväestön liikunnan edistämishojelman tarinan.

Kunnossa kaiken ikää -ohjelma on pala suomalaista liikunnan edistämisen historiaa ja nykypäivää. Opetus- ja kulttuuriministeriön ja sosiaali- ja terveysministeriön yhteinen aikuisväestön liikunnan edistämishojelma perustettiin alun perin viisivuotiseksi terveysliikunnan hankemallien kokeiluohjelmaksi vuonna 1995. Ohjelman perustamisen aikaan kahden ministeriön yhteisrahoitteinen poikkihallinnollinen toimintaohjelma oli edistyksellinen.

Terveysliikunnan lähettiläs

Ilman KKI-ohjelmaa tietomme liikunnan terveyshyödyistä olisi perin vaillinaista. Alkuvuosinaan ohjelma osoitti käytännössä, mitä terveysliikunta-termi tarkoittaa.

– Aiemmin puhuttiin kuntoliikunnasta: juokse henkesi edestä, ikään kuin räkä poskella ja kieli vyön alla Suomi päästä päähän. Vasta 1990-luvulla alkoi tulla tietoa siitä, että terveyden kannalta vähempikin riittää, toteaa KKI-ohjelman nykyinen ohjelmajohtaja **Jyrki Komulainen** teoksessa.

– Ehkä isoin tekijä on kuitenkin tietoisuuden lisääminen terveysliikunnan hyödyistä. KKI:llä on ollut paljon tv-tietoiskuja, ja materiaaleja on tavaton määrä, jatkaa liikuntaneuvos **Timo Haukilahti**, joka oli perustamassa KKI-ohjelmaa opetusministeriössä 1990-luvulla.

– Varmaan 90 prosentissa Suomen kunnissa on ollut hankkeita ja julkisuutta. Paikallislehdet kirjoittavat valtavasti hankkeista. Yleisen tietoisuuden lisääminen siitä, että liikunta on terveyttä edistävää, on ollut tärkein sanoma, Haukilahti summaa.

”Ei kilpailua, vaan koko kansan liikuntaa”

25 vuoden aikana lähes jokaisessa Suomen kunnassa on ollut KKI-hanke, monissa useitakin. Hanketoiminta laajeni kuntatasolta käsittämään muun muassa liikunta- ja terveysjärjestöjä sekä työyhteisöjä. Mikä tahansa rekisteröity yhteisö saattoi hakea tukea KKI-ohjelmalta aikuisille suunnattuun matalan kynnyksen liikuntaan. Vuosien aikana KKI-ohjelma onkin tukenut tuhansia hankkeita eri puolilla Suomea.

Sittemmin ohjelman toiminta on laajentunut monipuoliseen terveyttä edistävän liikunnan kehittämiseen työelämässä, terveydenhuollossa ja liikkumisen olosuhteissa. Näkyvimpiä koko kansalle suuntautuneita kampanjoita ovat olleet SuomiMies seikkailee - ja Matka hyvään kuntoon -kampanjat, työpaikoille suunnatut vuosittaiset Porraspäivät sekä apteekkien Liikkujan Apteekki -konsepti.

KKI-ohjelma on toiminut vuodesta 1995 lähtien opetus- ja kulttuuriministeriön sekä sosiaali- ja terveysministeriön rahoituksella. Ohjelmassa ovat mukana myös liikenne- ja viestintäministeriö, ympäristöministeriö, työ- ja elinkeinoministeriö sekä Metsähallitus. Ohjelman toteutuksesta vastaa Liikunnan ja kansanterveyden edistämissektori LIKES.

Liikkeelle! Kunnossa kaiken ikää -ohjelman tarina 25 vuotta julkaistaan 23. elokuuta kello 10 KKI-ohjelman 25-vuotisjuhlassa Ostrobotnian juhlasalissa. Samassa tilaisuudessa palkitaan muutamia pitkäaikaisia terveysliikuntaa alallaan edistäneitä tahoja. Median edustajat ovat tervetulleita tilaisuuteen. Median edustajien ennakoilmoittautumiset KKI-ohjelman viestintäpäällikkö Katri Siivoselle (puh. 050 441 3692, katri.siivonen@likes.fi).

Lisätietoja

KKI-ohjelma, ohjelmajohtaja Jyrki Komulainen, puh. 0500 542 193, jyrki.komulainen@likes.fi
www.kkiohjelma.fi

Kirjailija Ulla-Maija Paavilainen, puh. 040 042 0224, ullam.paavilainen@gmail.com

Liikkeelle! Kunnossa kaiken ikää -ohjelman tarina 25 vuotta toimitetaan pyynnöstä ennakkoon pdf-tiedostona median edustajille. Itse julkaisu on saatavilla julkaisutilaisuudessa tai sen jälkeen KKI-ohjelmasta.