

Luontoaskel terveyteen -ohjelman toimintasuunnitelma



Lahti

URBACT



Co-funded by
the European Union
Interreg

Integrated Action Plan (IAP)

Sisällys

Johdanto

1. Tilannekuva	4
Lahti ja lahtelaiset	5
Lahden luonnon erityispiirteet	5
Yleiskaavoitus luo suuntaa Lahden kehitykselle.....	6
Ilmastotavoitteet Lahden strategiassa	7
Lahdelle strateginen luontotavoite.....	8
Ympäristön tila Lahdessa	9
Terveys ja hyvinvointi	11
2. Luontoaskel terveyteen 2022–2032.....	14
Planetaarisen terveyden edistäminen uudeksi tavoitteeksi	15
3. Luontoaskel terveyteen -ohjelman toimintasuunnitelma	16
Ohjelman tavoitteet, tehtävät ja toimijat.....	17
Ohjelman yhteistyön painopisteet 2025–2028	18
Luontoaskel terveyteen -ohjelman tehtäväkohtaiset painopisteet 2025–2028	22
4. Lahden kaupungin toimintasuunnitelma Luontoaskel terveyteen -ohjelman edistämiseksi.....	24
Yhteistyötä planetaarisen terveyden edistämiseksi	25
Kokeilujen kautta jatkokehittämiseen	25
4.1. Strategisten tavoitteiden edistyminen kaupunkiorganisaatiossa	26
4.2. Planetaarinen ruokavalio edistää ihmisen ja muun luonnon hyvinvointia	28
4.3. Kasvatus ja koulutus ovat merkittävässä roolissa kestävyystavoitteiden saavuttamisessa	31
5. Arvio Luontoaskel terveyteen -ohjelman pitkän aikavälin toteutuksesta ja hallintomallista.....	33
Ohjelma jatkuu vuoteen 2032.....	34
Kansallinen luontoterveys-ohjelma käynnistymässä vuonna 2026	35
Luontoaskel terveyteen -ohjelman vaikuttavuus	35
Liitteet	36
Liite 1. Planetaarinen terveys ja yhteinen terveys	36
Liite 2. Luontoaskel terveyteen -ohjelman edistyminen 2022-2024.....	37
Liite 3: Indikaattorit	39

Johdanto

Tämä toimintasuunnitelma on tuotettu URBACT IV (2021–2027) Action Planning Network -ohjelman rahoittamassa One Health 4 Cities -hankkeessa, jossa Lahti oli mukana partnerina. URBACT:in integroitu toimintasuunnitelma (IAP) on kaupunkitason tuotos, jossa määritellään kaupungissa toteutettavat toimet yhteisen terveyden/planetaarisen terveyden haasteisiin vastaamiseksi. IAP heijastaa paikallisilta sidosryhmiltä ja kansainvälisiltä kumppaneilta saatuja kokemuksia sekä paikallisella tasolla testattuja toimia. Lahdessa tässä työssä hyödynnettiin Luontoaskel terveyteen -ohjelmaa ja sen toimintaohjelman päivitystyötä, jota tehtiin osana tätä hanketta.

Lahti on tehnyt kunnianhimoista ympäristötyötä pitkään. Lahden strategiassa on jo 15 vuotta ollut tavoite vähentää kasvihuonekaasupäästöjä ja olemme hyvin lähellä saavuttaa hiilineutraaliuuden ensimmäisenä Suomen suurista kaupungeista. Kiertotaloudelle on luotu hyviä puitteita ja viime aikoina myös luontotyö on noussut vahvasti esiin. Lahti tavoittelee luontoposiitiivisuutta vuonna 2030. Se tarkoittaa, että luonnon monimuotoisuus lisääntyy, eikä heikkene.

Olemme maailman kaupunkien joukossa edelläkävijänä myös planetaarisen terveyden tavoittelussa. Planetaarinen terveys on käsitteenä lähellä yhteistä terveyttä (One Health). Planetaarinen terveys viittaa siihen, että ihmisten hyvinvointi ja terveys ovat riippuvaisia

ympäristön tilasta. Ihmisten toimet vaikuttavat ympäristöön ja ympäristön tila vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen. Ympäristön saastuminen, ilmastonmuutos, luontokato ja luonnonvarojen ylikulutus heikentävät ihmisten terveyttä. Maapallon kantokyky on heikkenemässä, mikä muodostaa merkittävän uhan kaikelle elämälle. Näihin haasteisiin lähdettiin Lahden seudulla hakemaan yhteisiä ratkaisuja. Vuonna 2022 käynnistyi 10-vuotinen Luontoaskel terveyteen -ohjelma, joka yhdistää sekä ympäristö- että terveystavoitteet. Tätä ohjelmaa toteuttavat Lahden kaupungin lisäksi Päijät-Hämeen hyvinvointialue ja Lahden yliopistokampus.

One Health 4 Cities -hanke

One Health 4 Cities -hankkeeseen kuului yhdeksän kumppania: Benissa (Espanja), Elefsina (Kreikka), Kuopio (Suomi), Lahti (Suomi), Loulé (Portugali), Lyon (Ranska), München (Saksa), Strasbourgin metropolialue (Ranska) ja Suceava (Romania). Hanketta johti Lyonin kaupunki. One Health 4 Cities -hankkeessa Lahden kaupunki välitti omia kokemuksiaan planetaarisen terveyden edistämisestä ja oppi muiden kaupunkien vastaavasta työstä ja niiden erilaisista lähestymistavoista. Tämä toimintasuunnitelma sisältää Luontoaskel terveyteen -ohjelman kolmen organisaation yhteisen toimintasuunnitelman s. 8–15 sekä Lahden kaupungin oman suunnitelman planetaarisen terveyden edistämiseksi.

Hankkeeseen osallistuneissa kaupungeissa oli vaihteleva kokemus yhteisen terveyden/planetaarisen terveyden edistämisestä ja myös niiden haasteet olivat erilaisia. Hankkeessa kaupungit oppivat toisiltaan ja jakoivat kokemuksiaan. Verkostossa kehitettiin työkaluja yhteisen terveyden/planetaarisen terveyden huomioon ottamiseksi kaupunkisuunnittelussa ja päätöksenteossa. Asukaiden ja sidosryhmien osallisuuden vahvistamiseksi jaettiin hyviä kokemuksia ja osallisuuden lisääminen onkin monen kaupungin tavoitteena myös jatkotyössä.

”

Planetaarinen terveys viittaa siihen, että ihmisten hyvinvointi ja terveys ovat riippuvaisia ympäristön tilasta. Ihmisten toimet vaikuttavat ympäristöön ja ympäristön tila vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen.

Päivi Sieppi
ympäristöneuvontapäällikkö
Lahden kaupunki
+358 50 559 4090
paivi.sieppi(at)lahti.fi

1. Tilannekuva



Lahti ja lahtelaiset

Lahti on noin 122 000 asukkaan kaupunki ja 205 000 asukkaan seudun keskus. Lahdessa asukasluku on hienoisessa kasvussa. Kasvu tulee lähinnä maahanmuutosta. Lahden väestörakenteessa tapahtuu merkittäviä muutoksia tulevana vuosikymmeninä, kun väestö ikääntyy ja syntyneiden määrä vähenee. Tämä tarkoittaa, että tulevaisuudessa väestönkasvun on nojaututtava yhä enemmän muuttoliikkeeseen. Nuorten ikäluokkien osuus väestöstä pienenee ja ikääntyvien määrä kasvaa.

Työllisyystilanne Suomessa on heikko, eikä Lahti tee siitä poikkeusta. Työttömyysaste elokuussa 2025 oli 15,8 %. Nuorilla ja ulkomaalaisilla työllisyystilanne on vielä tätäkin heikompi.

Lahti on Suomen johtava ympäristökaupunki, se on Euroopan ympäristöpääkaupunki 2021 ja tunnettu urheilukaupunki. Lahti on Suomen uusin yliopistokaupunki ja opiskelijoiden määrä on kasvanut voimakkaasti. LUT-yliopiston Lahden kampuksen kahdeksassa masteriohjelmassa ja kolmessa kandidaatin ohjelmassa on vuonna 2025 noin 2 000 opiskelijaa.

Lahden luonnon erityispiirteet

Puistot, viheralueet ja vesistöt tekevät Lahden luonnosta vehreän ja viihtyisän. Lahtelaiset arvostavatkin kotikaupungissaan suuren kaupungin palveluita, arjen sujuvuutta ja luonnonläheisyyttä.

Lahti sijaitsee Salpausselkien tuntumassa. Salpausselät ovat Suomessa sijaitsevia paikoitellen korkeita viime jääkauden loppuvaiheessa syntyneitä ja moreenista, hiekasta, sorasta ja kivistä koostuvia reunamuodostumia. Ne kohoavat ympäristöstään keskimäärin 20 metrin korkeuteen, mutta suurimmat selänteet kohoavat 70 metrin korkeuteen. Salpausselät edustavat Suomen tunnetuinta geologista perintöä. Ensimmäinen ja toinen Salpausselkä ulottuvat koko Etelä-Suomen halki ja ovat upeimmillaan Lahden seudulla. Niinpä Lahti ympäristökuntineen on päässyt Unescon Global Geopark -verkostoon. Salpausselät tarjoavat upeat puitteet ulkoiluun, virkistäytymiseen ja liikuntaan ja ne sisältävät myös merkittävät pohjavesivarannot.

*Lahden ympäristö-
pääkaupunkivuoden
5-vuotisraportti,
englanniksi ja suomeksi:*

FI

EN

Yleiskaavoitus luo suuntaa Lahden kehitykselle

Lahdessa koko kaupungin yleiskaava ja kestävän kaupunkiliikkumisen ohjelma muodostavat ytimen Lahden suunta -työlle. Jatkuva työ etenee neljän vuoden sykleissä valtuustokausittain ja työtä tehdään kaupungin strategian pohjalta. Uusin Lahden suunta -työ hyväksyttiin kaupunginvaltuustossa joulukuussa 2024.

Lahden yleiskaava 2035 vahvistettiin lainvoimaiseksi vuoden 2025 helmikuussa. Yleiskaavaan ei jätetty yhtään valitusta, mikä osaltaan osoittaa osallisuustyön vaikuttavuuden Lahdessa.

Alueiden suunnittelussa ja toteutuksessa tulee yleiskaavan mukaan edistää ilmastonmuutoksen hillintää ja muutokseen varautumista ja sopeutumista, kestävää rakentamista, kiertotaloutta, luontokadon pysäyttämistä ja monimuotoista kaupunkiluontoa sekä ratkaisuja, jotka lisäävät ja turvaavat paikallisia hiilinieluja ja -varastoja. Tärkeiden ekosysteemipalveluiden ja hiljaisten alueiden säilymisestä tulee huolehtia.

Lahden yleiskaava 2035 sisältää kuusi eri teemaista, oikeusvaikutteisesta yleiskaavakarttaa. Näillä ohjataan asemakaavoitusta ja muuta maankäytön suunnittelua. Kaavakartoissa ovat mukana muiden muassa luonto- ja viherympäristöt, kulttuuriympäristöt, vesiensuojelu, kiertotalous sekä kestävä liikkuminen.

Luonto- ja viherympäristökartalla on nostettu strategisina kehittämismerkintöinä Salpausselkä, tärkeät ekosysteemipalvelut ja merkittävä luontoverkosto. Maankäyttömerkintöinä kartta nostaa esille muiden muassa luonnon monimuotoisuuden kannalta erityisen tärkeät alueet ja potentiaaliset ekologisen kompensaation hyvitysalueet.

Merkittävällä ekologisella yhteysmerkinnällä kuvataan Lahden merkittävimpiä luonnonalueita yhdistäviä ekologisia yhteyksiä tai yhteystarpeita.

”

***Yleiskaavaan ei jätetty
yhtään valitusta, mikä osaltaan
osoittaa osallisuustyön
vaikuttavuuden Lahdessa.***



Ilmastotavoitteet Lahden strategiassa

Tuotantoperustaiset päästöt ilmastotavoitteessa

Lahden kaupunki on ollut edelläkävijä ilmastotavoitteissaan. Jo yli 15 vuotta sitten kaupungin strategiaan asetettiin tavoite vähentää kasvihuonekaasupäästöjä. Lahti asetti myöhemmin kunnianhimoisen ilmastotavoitteen olla hiilineutraali kaupunki vuonna 2025. Se tarkoittaa päästöjen vähentämistä 80 % vuoden 1990 tasosta ja loppujen päästöjen sitoutumista alueen hiilinieluihin tai niiden hyvittämistä. Erityisesti liikenteen päästöt ovat laskeneet ennakoitua hitaammin. Lahdella on kuitenkin vielä mahdollisuudet saavuttaa hiilineutraalius lähivuosina, ensimmäisenä suurena kaupunkina Suomessa. Skenaarioiden mukaan erityisesti energiasektorin päästöt vähenevät merkittävästi lähivuosina, mutta liikenteen päästöt laskevat hitaasti.

Lahdessa vuoden keskilämpötila on noussut noin 2,5 °C vuoden 1960 jälkeen, ja talvikuukausien keskilämpötila jopa lähes 4 °C. Lämpötilan nousun lisäksi erityisesti sään ääri-ilmiöt sekä sateiden lisääntyminen talvella haastavat kaupungin olemassa olevaa infrastruktuuria, toimintamalleja sekä talviurheiluperinnettä.

Kulutuksen päästöt ja ylikulutus

Lahti kuuluu Fisun (Finnish Sustainable Communities) edelläkävijäkuntien verkostoon, joka on sitoutunut tavoittelemaan päästöttömyyttä, jätteettömyyttä ja globaalisti kestävästä kulutuksesta vuoteen 2050 mennessä. Lahden kulutuksen kasvihuonekaasupäästöt olivat vuonna 2024 yhteensä 7,42 t CO₂-ekv asukasta kohden. Tavarat ja palvelut sekä ruoka muodostavat yli 50 % kulutusperäisistä päästöistä. Päästöt voivat vaihdella paljon eri vuosien välillä esimerkiksi yksittäisten suurten rakennushankkeiden vuoksi. Sitran kansainvälisessä tutkimuksessa päästövähennysskenaarioiden pohjalta on esitetty, että henkeä kohden lasketun kulutukseen perustuvan hiilijalanjäljen tavoitetaso olisi 2,5 tonnia CO₂e vuoteen 2030 mennessä. Olemme vielä siis hyvin kaukana kestävästä kulutuksen tasosta.

Kulutamme luontoa nopeammin kuin se pystyy uusiutumaan. Suomalaisten ylikulutuspäivä vuonna 2025 oli huhtikuun 6. Ylikulutuspäivä on laskennallisesti se päivä, jona ihmisten ekologinen jalanjälki ylittää maapallon kyvyn tuottaa uusiutuvia luonnonvaroja ja käsitellä fossiilisten polttoaineiden käytön aiheuttamia kasvihuonekaasupäästöjä. Suomalaisten ylikulutuspäivä on noin neljä kuukautta maailman keskiarvoa aiemmin.



”

*Lahti kuuluu Fisun
(Finnish Sustainable Communities)
edelläkävijäkuntien verkostoon,
joka on sitoutunut tavoittelemaan
päästöttömyyttä, jätteettömyyttä ja
globaalisti kestävästä kulutuksesta
vuoteen 2050 mennessä.*

Lahdelle strateginen luontotavoite

Suomessa luonnon monimuotoisuus heikkenee. Monimuotoisuuden heikkeneminen näkyy eliölajistoissa sekä elinympäristöjen toiminnallisuudessa ja laadussa. Ihminen on osa luontoa, joten luontokato koskettaa monin tavoin myös ihmisen hyvinvointia ja terveyttä. Ihmisen hyvinvoinnille välttämättömiä palveluita ovat esimerkiksi ravintokasvien pölytys, puhdas juomavesi, hiilensidonta sekä polttoaineiden, kuitujen ja lääkkeiden tuotanto.

Lahden strategiassa ilmastotavoitteet ovat olleet jo pitkään, mutta strategisen luontotavoitteen kaupungin hallitus asetti vasta vuonna 2024. Tavoitteena on, että Lahti on luontoposiitivinen kaupunki vuonna 2030. Luontoposiitivisuus tuottaa luonnolle enemmän hyötyä kuin haittaa. Ilmastomuutos on merkittävä luonnon köyhtymisen aiheuttaja ja toisaalta luontoympäristöt auttavat ilmastomuutokseen sopeutumisessa. Ilmasto- ja luontotyö tukevat siten toinen toisiaan.

”

Tavoitteena on, että Lahti on luontoposiitivinen kaupunki vuonna 2030. Luontoposiitivisuus tuottaa luonnolle enemmän hyötyä kuin haittaa.

Yksi kuntien mahdollisuus luontokadon ehkäisemiseen on perustaa luonnonsuojelualueita. Luonnonsuojelualueet edesauttavat luonnon erityispiirteiden säilymistä ja monimuotoisuutta. Lahdessa on noin 50 luonnonsuojelulain perusteella rauhoitettua aluetta, joiden yhteinen pinta-ala on 1055 ha ja ne kattavat 2,04 prosenttia kaupungin kokonaispinta-alasta. Rauhoitetut alueet edustavat lahtelaista suoluontoa, kosteikkoja ja metsäluontoa. Lahden tavoitteena on nostaa suojeltujen alueiden pinta-ala 5 %:iin kaupungin kokonaispinta-alasta.

Lahdessa on viime vuosien aikana edistetty useita muitakin luontoon liittyviä ohjelmia. Näihin kuuluvat kaupunkipuulinjaus, metsänhoidon periaatteet, pohjavesialueen suojelusuunnitelma sekä viheralueohjelma.

Luontojalanjälkilaskenta tuo esille kaupungin luontovaikutuksia

Lahti on selvittänyt luontojalanjälkensä ensimmäisten kaupunkien joukossa maailmassa. Selvityksen mukaan Lahden hankinnoista suurin luontojalanjälki aiheutuu investoinneista, elintarvikkeista, ICT-palveluista ja -laitteista sekä lämmityksestä. Alueellisen luontojalanjäljen osalta selvityksessä huomattiin, että valtaosa haitoista maailman luonnolle aiheutui kasvihuonekaasupäästöistä.



Ympäristön tila Lahdessa

Ilmanlaatu

Suurimman osan ajasta ilmanlaatu on Lahden seudulla hyvää tai vähintään tyydyttävää. Ilmanlaatua heikentävät etenkin liikenne, teollisuus sekä puun pienpoltto. Ajoittain epäpuhtauspitoisuudet kohoavat ohje- ja tavoitearvoja ylittävälle tasolle. Pitoisuuksissa näkyy vuosittaista vaihtelua. Pölypitoisuudet vaihtelevat vuosittain kevään säätilanteiden vaihdellessa. Myös hiekoitushiekan käyttömäärät talvella vaikuttavat kevät-pölyn määrään ja episoditilanteen pituuteen keväällä. Kaupungin keskustassa typen oksidien pitoisuudet seuraavat liikenteen rytmiä. Varsinkin hengitettävien hiukkasten pitoisuudet nousevat tietyissä säätilanteissa terveyttä haittaavalle tasolle.

Vesien laatu

Vesistöjen luonnonarvoihin ja virkistyskäyttömahdollisuuksiin vaikuttaa etenkin vesistön kunto. Suurin osa Lahden järvistä on EU:n vesipuitedirektiivin mukaisen laatuluokittelun piirissä.

Lahden alueella pintavesien ekologista tilaa heikentää usein liian suuri ravinnepitoisuus vesissä. Ekologisessa luokittelussa otetaan huomioon biologisten tekijöiden (kasviplankton, vesikasvillisuus, pohjaeläimet ja kalasto) lisäksi myös keskeiset vedenlaadun ominaisuudet, kuten ravinteiden määrä.

Lahden Vesijärven tilaa on tutkittu intensiivisesti vuosikymmenten ajan. Vesijärven laatu vaihtelee merkittävästi alueittain, mutta positiivista kehitystä on tapahtunut vuosikymmenten aikana. Vesijärven kunnostusprosessin laaja-alaisuus sekä hyvät tulokset ovat osaltaan johtaneet Lahden ympäristöstrategian vahvistumiseen ja vahvaan asemaan.

Pohjavesien suojelu on Lahdessa korostetun tärkeässä asemassa Salpausselkien pohjavesimuodostumien vuoksi. Lahdessa on 14 vedenoton kannalta tärkeää tai siihen soveltuvaa pohjavesialuetta. Talousveden otto käytössä olevilta vedenottamoilta jaettava talousvesi on moitteetonta ja täyttää kaikki talousvedelle asetetut laatuvaatimukset.

Pohjaveden laatu Lahdessa on säilynyt pääosin hyvänä, mutta ihmistoiminta näkyy vedenlaadussa monella tapaa. Hiekka- ja sora-alueilla pohjavesi altistuu herkästi maaperässä tapahtuville muutoksille ja maaperään päätyville epäpuhtauksille. Pohjavedessä näkyy monenlaisia epäpuhtauksia, jotka ovat peräisin mm. erilaisesta yritystoiminnasta sekä teiden ja radan kunnossapidosta. Pohjavedestä löytyy esimerkiksi merkkejä öljytuotteista, erilaisista liuottimista sekä torjunta-aineista. Torjunta-aineiden takia on Lahdessa jouduttu myös sulkemaan vedenottoja.



”

Pohjaveden laatu Lahdessa on säilynyt pääosin hyvänä, mutta ihmistoiminta näkyy vedenlaadussa monella tapaa.

Melu ja hiljaiset alueet

Selvitysten mukaan autoliikenne on merkittävin ympäristömelun lähde Lahdessa. Lahden asukkaista yli viidennes altistuu tieliikenteen melulle, jonka keskiäänitaso on päivällä yli 55 dB. Raideliikenteen aiheuttamalle melulle altistuu päivällä huomattavasti harvempi, noin 1 000 (0,8 %) asukasta.

Liikenteen vähentäminen tai hidastaminen ovat merkittävimmät keinot laskea melutasoa. Muita merkittäviä tapoja vähentää asuinalueiden melua ovat kaavoitus ja maankäyttö, erilaiset meluesteet, suojavallit ja talojen rakentamisessa käytetty tekniikka, kuten melua eristävät seinät ja ikkunat.

Hiljaisuus on suhteellista ja kokemuksellista. Alueet, joilla melutasot jäävät alle 45 desibelin, on tulkittu hiljaisiksi alueiksi. Lahdessa hiljaisia alueita on tunnistettu noin 80. Pääosalla alueista melutasot ovat alle 45 dB.

Kaikkien hiljaisten alueiden kokonaispinta-ala on noin 30 800 hehtaaria. Lahden kaupungin maapinta-ala on 45 947 hehtaaria, joten 67 % maapinta-alasta kuuluu hiljaisiin alueisiin. Huomattava osa hiljaisten alueiden pinta-alasta muodostuu laajoista maa- ja metsäalueista entisen Nastolan kunnan alueella.

”

*Liikenteen vähentäminen
tai hidastaminen ovat
merkittävimmät keinot
laskea melutasoa.*



Terveys ja hyvinvointi

Sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen järjestämisvastuu siirtyi kunnilta ja kuntayhtymiltä hyvinvointialueille 1.1.2023. Hyvinvointialueet muodostettiin sosiaali- ja terveydenhuollon ja pelastustoimen uudistuksessa, joka oli yksi Suomen historian merkittävimmistä hallinnollisista uudistuksista. Hyvinvointialueet ovat itsehallinnollisia alueita. Niiden rahoitus perustuu valtion rahoitukseen, eikä alueilla ole toistaiseksi verotusoikeutta. Lahti kuuluu Päijät-Hämeen hyvinvointialueeseen.

Hyvinvointialueen vastuulla olevia tehtäviä ovat muun muassa perusterveydenhuolto, erikoissairaanhoido ja sosiaalihuolto.

Päijäthämäläisten hyvinvoinnin ja terveyden tilaa on kuvattu Päijät-Hämeen hyvinvointialueen Hyvinvointiraportti 2024:ssa. Taulukossa 1 on Lahden osalta koottuja yhteisiä ilon ja huolen aiheita kuntalaisten hyvinvoinnista vuonna 2024.

Ilon aiheet Lahdessa	Huolen aiheet Lahdessa
<i>Ilonaiheita tekemässänne hyte-työssä?</i> • Monialainen hyvinvointityö • Edistyksellinen nuorisotyö • Järjestö ja yhdistysyhteistyö <i>Ilonaiheita kuntalaisten hyvinvoinnissa?</i> • Lahti on kasvattanut suosiotaan opiskelu- ja yliopistokaupunkina • Pitkäaikaistyöttömien määrä on vähentynyt • Iso osa lahtelaisista voi hyvin <i>Ilonaiheita erityisesti kestävän hyvinvoinnin ja elämäntavan näkökulmasta?</i> • Aikuisten sekä naisten että miesten liikkuminen on lisääntynyt • Asukkailla on monipuoliset osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuudet	<i>Huolenaiheita kunnan hyte-työssä?</i> • Lahdessa tehdään monialaista hyvinvointityötä ja kaupungissa toimii monialainen Hyvinvoiva Lahti -työryhmä. Miten varmistetaan hyvinvointityön monialainen kehittäminen ja kaupunkitasoinen johtaminen myös organisaatiomuutoksessa ja organisaatiomuutoksen jälkeen. <i>Huolenaiheita kuntalaisten hyvinvoinnissa?</i> • Vaikea työllisyystilanne ja toimeentulon haasteet • Vähäinen osallistuminen, vaikka paljon osallistumisen mahdollisuuksia • Mielenhyvinvoinnin haasteet ja päihteiden käyttö <i>Huolenaiheita erityisesti kestävän hyvinvoinnin ja elämäntavan näkökulmasta</i> • Työttömyystaso on edelleenkin korkea • Globaali turvattomuus (pandemiat, sodat, ilmastonmuutos)

Taulukko 1. Ilon ja huolen aiheet lahtelaisten hyvinvoinnissa 2024.

Lahtelaisten lasten ja nuorten liikkuminen ja kouluruokailu

Astma, diabetes, lihavuus ja masennus ovat lisääntyneet Suomessa 2000-luvulla. Nämä sairaudet johtuvat suurelta osin elintavoista ja ympäristöstä, joihin vaikuttamalla sairauksia ehkäistään ja lievitetään. Kunta voi vaikuttaa osaan elintavoista kannustamalla ja tarjoamalla hyvät puitteet kestäviin ja terveellisiin elintapoihin. Tarjoamalla turvalliset ja sujuvat kävelyn ja pyöräilyn reitit voidaan tukea lasten ja nuorten aktiivista liikunnasta. Päiväkodeissa ja kouluissa lapset ja nuoret saavat maksuttoman lämpimän aterian, jota kautta voidaan tukea uusiin makuihin ja ruoka-aineisiin tutustumista ja niihin tottumista. Kasvispainotteinen terveyttä edistävä ruoka on myös ympäristön kannalta kestävä.

Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymisestä Suomessa on saatu uusimmat tulokset vuodelta 2024. Kävely- ja pyörätiet ovat merkittäviä liikkumisen paikkoja. Tutkimuksen mukaan omaehtoinen liikkuminen oli selvästi yleisin liikkumismuoto niin lapsilla, nuorilla kuin nuorilla aikuisilla. Liikuntapaikoista lapset, nuoret ja nuoret aikuiset käyttivät yleisimmin viikoittain kävelyn ja pyöräilyn väyliä sekä omaa tai kaverin pihaa. Urheiluseuran järjestämissä harjoituksissa, kilpailuissa tai otteluissa liikkui noin puolet vastaajista ja liikunta-alan yritysten järjestämissä liikuntatilaisuuksissa reilu kolmannes.

Move! on perusopetuksen 5. ja 8. vuosiluokkien oppilaille tarkoitettu fyysisen toimintakyvyn valtakunnallinen mittaus- ja palautejärjestelmä, jonka uusimmat tulokset ovat syksyltä 2024. Fyysisen toimintakyvyn kokonaistulos ilmaisee prosenttiosuuden oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla. Tämä osuus on lahtelaisten 5.-luokkalaisten osalta 35,3 % ja 8.-luokkalaisten osalta 41,6 %. Näistä 5.-luokkalaisten tulokset ovat heikommat pojilla ja 8.-luokkalaisten osalta tytöillä.

Luokka	Pojat	Tytöt	Yhteensä
5. luokka	36,2 %	34,1 %	35,3 %
8. luokka	40,9 %	42,3 %	41,6 %
molemmat luokat	38,6 %	38,7 %	38,7 %

Taulukko 2. Move! tulokset v. 2024, fyysinen toimintakyky, Lahti. Tulos ilmaisee %-osuuden oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.



Kouluterveyskyselyn tulosten mukaan Lahdessa 44 % 4.–5. -luokkalaisista liikkuu vähintään tunnin päivässä. Iän karttuessa aktiivisen liikunnan määrä vähenee. Vähintään tunnin päivässä liikkuu 29 % 8.–9.-luokkalaisista, lukiolaisista 21 % ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 21 %. Suurin osa nuorista viettää aikaa ulkona luonnossa vähintään yhtenä päivänä viikon aikana, 8.–9. -luokkalaisista ja lukiolaisista 90 % ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista 86 %.



Suurin osa nuorista viettää aikaa ulkona luonnossa vähintään yhtenä päivänä viikon aikana

Kouluterveyskyselyn tulosten mukaan lounas on 4.- ja 5. -luukkalaisten mukaan laadultaan hyvää (60 % vastanneista) ja maultaan hyvää (55 %). Koululounaan syö päivittäin alle puolet 8.–9.-luokkalaisista (46 %), mutta lukiolaisista 65 %. Vastanneista 8.–9. -luokkalaisista 35 % on sitä mieltä, että koululounas on laadultaan hyvää. Lukiolaisista taas 62 % pitää koululounaan laatua hyvänä. Koululounaan maistuvuudesta tilanne on saman suuntainen. Perusasteen 8.–9. -luokan oppilaista 38 % ja lukion opiskelijoista 63 % pitää koululounasta maultaan hyvänä. Lahdessa tarjotaan hyvin samantapaista ruokaa peruskouluissa ja kaupungin omissa lukioissa. Suurta eroa ei aterioiden välillä niiden valmistajan mukaan ole.

Aihe	Vastanneet	Pojat	Tytöt	Yhteensä
Koululounas on laadultaan hyvää, %	Perusopetus 4. ja 5. luokka	61	57	60
	Perusopetus 8. ja 9. luokka	34	37	35
	Lukio	56	66	62
Koululounas on maultaan hyvää, %	Perusopetus 4. ja 5. luokka	59	50	55
	Perusopetus 8. ja 9. luokka	38	38	38
	Lukio	60	65	63
Syö koululounasta päivittäin, %	Perusopetus 8. ja 9. luokka	51	41	46
	Lukio	75	59	65

Taulukko 3. Kouluterveyskyselyn tulokset 2025 kouluruuasta, Lahti

2. Luontoaskel terveyteen 2022–2032



Planetaarisen terveyden edistäminen uudeksi tavoitteeksi

Luontoaskel terveyteen on Lahden seudun terveys- ja ympäristöohjelma 2022–2032. Ohjelma jatkaa Lahden kaupungin kunnianhimoista kestävyystyötä Euroopan ympäristöpääkaupunkivuoden 2021 jälkeen. Luontoaskel terveyteen ohjelma-asiakirja valmistui ja otettiin käyttöön vuoden 2022 alussa. Seuraavassa on Luontoaskel terveyteen -ohjelman yhteinen kolmen organisaation toimintasuunnitelma vuosille 2025–2028, sivut 16–23. Tämän jälkeen tarkennetaan Lahden kaupungin omaa planetaarisen terveyden edistämisen toimintasuunnitelmaa lähivuosille.

Luontoaskel terveyteen -ohjelman ohjelma-asiakirja



3. Luontoaskel terveyteen -ohjelman toimintasuunnitelma



Ohjelman tavoitteet, tehtävät ja toimijat

Luontoaskel terveyteen – Lahden seudun terveys- ja ympäristöohjelma 2022–2032 on Päijät-Hämeen hyvinvointialueen, Lahden kaupungin sekä Lahden Yliopistokampuksen yhteinen ohjelma, joka yhdistää Päijät-Hämeen alueen ja Lahden kaupungin terveys- ja ympäristötavoitteet. Luontoaskel terveyteen -ohjelma on ainutlaatuinen ja siten kansallisesti ja kansainvälisesti kiinnostava. Tämä ”sateenvarjo-ohjelma” pitää sisällään organisaatioiden ilmasto-, luonto- ja terveystavoitteita.

Luontoaskel terveyteen -ohjelma pohjautuu planetaarisen terveyden käsitteeseen. Planetaarinen terveys kuvaa ihmisen terveyden riippuvuutta luonnon järjestelmien tasapainosta: kansanterveys, ilmastonmuutos ja luontokato ovat monin tavoin kytkeytyneet toisiinsa. Kestämättömät elämäntapavalinnat kuormittavat kansanterveyttä ja heikentävät ympäristön tilaa. Toisaalta ympäristön kestävyyttä tukevat valinnat ovat usein myös terveyttä edistäviä.

Ohjelmassa on viisi tavoitetta sekä neljä läpileikkaavaa tehtäväkokonaisuutta, joilla edistetään kaikkien tavoitteiden saavuttamista samaan aikaan (Kuva 1). Terveys- ja ympäristöalan toimijat toteuttavat tehtäviä yhteistyössä.

Käytännön toimenpiteet ja niiden vaikutus kansanterveyteen, luonnon monimuotoisuuteen, ilmastonmuutoksen hillintään ja muutoksen sopeutumiseen ovat päätavoitteet.

Luontoaskel terveyteen -ohjelma lisää ymmärrystä ihmisen terveyden ja ympäristön tilan keskinäisestä

riippuvuudesta, edistää yhteistyötä ja yhdessä tekemistä terveys- ja ympäristöalan toimijoiden välillä ja vauhdittaa konkreettisia toimenpiteitä planetaarisen terveyden edistämiseksi. Ohjelma toimii kolmen organisaation resurssien sitouttamisena planetaarisen terveyden kokonaisvaltaiseen alueelliseen edistämiseen.

Tavoitteet:

Kansansairauksien ehkäiseminen / Luonnon monimuotoisuuden edistäminen / Taloudellinen vaikuttavuus
Ilmastonmuutoksen hillintä ja muutokseen sopeutuminen / Terveys- ja ympäristötoimijoiden yhteistyö

Tehtävät:



Muutetaan ravitsemusta terveellisemmäksi ja kestävämmäksi



Lisätään liikkumista ja fyysistä aktiivisuutta



Parannetaan asuin- ympäristön terveellisyyttä ja kestävyyttä



Edistetään ihmisten monipuolista yhteyttä luontoon

Kuva 1. Luontoaskel terveyteen -ohjelman tavoitteet ja tehtävät. →

Ohjelman yhteistyön painopisteet 2025–2028

Luontoaskel terveyteen –ohjelma vahvistaa yhteistyötä seuraavan neljän vuoden aikana tutkimuksen, yhdessä tekemisen, viestinnän ja koulutuksen kautta seuraavasti:

1. Edistetään planetaarisen terveyden tutkimusta sekä hyödynnetään tutkittua tietoa planetaarisen terveyden edistämisessä, jalkautuksessa ja toimintatavoissa. Vahvistetaan soveltamista käytäntöön, selkeytetään käsitteitä ja kerätään uutta tietoa yhteen
2. Vahvistetaan yhteistyötä organisaatioiden ja yritysten välillä sekä sidosryhmien ja kansalaisten osallistamisessa vuorovaikutteisesti
3. Lisätään viestintää, neuvontaa ja ohjausta planetaarisesta terveydestä eri kanavissa ja eri tavoin
4. Sisällytetään planetaarisen terveyden näkökulmia systemaattisesti ammatilliseen koulutukseen ja jatkokoulutukseen
5. Integroidaan Luontoaskel terveyteen –ohjelma ja planetaarinen terveys strategioihin, ohjelmiin ja suunnitelmiin

1. Edistetään planetaarisen terveyden tutkimusta sekä hyödynnetään tutkittua tietoa planetaarisen terveyden edistämisessä, jalkautuksessa ja toimintatavoissa

Planetaarisen terveyden sisältämiä teemoja, kokonaisvaltaista hyvinvointia ja kestävyyttä on tutkittu niin Lahdessa kuin muualla. Tieteellisen tiedon jalkautamisen tueksi tarvitaan lisätutkimusta, esimerkiksi luonnon (taloudellisista) hyödyistä kansanterveyteen sekä fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen ja hyvinvointiin. Lisäksi tarvitaan esimerkiksi systeemistä tutkimusta, jossa tunnistetaan keskeisiä vipupisteitä kohti planetaarista terveyttä.

Luontoaskel terveyteen –ohjelma edistää tutkitun tiedon hyödyntämistä ja jalkauttamista:

- Edistetään planetaarisen terveyden tutkimusta sekä hyödynnetään tutkittua tietoa planetaarisen terveyden edistämisessä, vahvistetaan soveltamista ja jalkautusta sekä selkeytetään käsitettä. Uusimman tutkimustiedon keräämistä ja soveltamista vahvistetaan osallistavan tutkimuksen, yhteiskehittämisen ja viestinnän keinoin.

- Säännölliset tapaamiset ja seminaarit tutkijoille sekä eri sektorien ja poikkileikkaavien tutkimusalojen välille verkostoa muodostaen
- Hankekonsortioiden muodostamisen tukeminen
- Uusimman tutkimustiedon viestinnän vahvistaminen, erityisesti planetaarisen terveyden ja luonnon terveyshyötyjen sekä elinympäristöön liittyvät muutokset ilmastonmuutoksen seurauksena ja ilmastonmuutokseen varautuminen

2. Vahvistetaan yhteistyötä organisaatioiden ja yritysten välillä sekä sidosryhmien ja kansalaisten osallistamisessa vuorovaikutteisesti

Ohjelmaorganisaatiot ovat mukana lukuisissa erilaisissa verkostoissa ja hankkeissa sekä työryhmissä, joilla on keskeinen merkitys tiedon jakamisessa ja hyvien käytäntöjen levittämisessä ja soveltamisessa. Yhdessä nämä verkostot kattavat suuren määrän terveys-, hyvinvointi-, ympäristö- ja koulutusalojen toimijoita, tutkijoita sekä kuntien ja kaupunkien että hyvinvointialueen ammattilaisia ja muita toimijoita.

”

Siiloutuminen on edelleen haaste planetaariselle terveydelle ja kokonaisvaltaisille ratkaisuille.

Siiloutuminen on edelleen haaste planetaariselle terveydelle ja kokonaisvaltaisille ratkaisuille. Sektorien välistä yhteistyötä on tuettava kunnissa, maakunnissa ja muissa yhteisöissä. Luontoaskel terveyteen –ohjelmaa integroidaan tiiviimmin muihin suunnitelmiin ja ohjelmiin sekä lisätään yhteistyötä samaan aihepiiriin liittyvien hankkeiden ja toimijoiden välillä.

Yhteistyötä, yhdessä tekemistä ja osallisuutta edistetään neljän vuoden aikana mm. seuraavin tavoin:

Verkostot ja hankeyhteistyön tukeminen:

- Edistetään verkostojen kautta mahdollisuuksia kumppanuuksien muodostumiseen eri organisaatioiden välillä Päijät-Hämeessä
- Jatketaan yhteistyötä muiden kaupunkien ja alueiden kanssa sekä kotimaassa että ulkomailla planetaarisen terveyden toimintamallien kehittämiseksi ja tietoisuuden lisäämiseksi
- Haetaan rahoitusta yhteisille resursseille ja yhteistyön tiivistämistä mm. tutkimuksessa ja viestinnässä
- Ohjelmaorganisaatiot tuovat ohjelman teemoja esiin olemassa olevissa verkostoissaan sekä etsivät uusia verkostoja ja kumppanuuksia mm. muista kaupunkiseuduista ympäristövaikuttavuuden vahvistamiseksi ja ohjelman skaalausta muissa kaupunkialueissa.
- Edistetään kansainvälistä yhteistyötä mm. People and Planet konferenssin 2026 ja European Planetary Health Hub -yhteistyön kautta.



3. Lisätään viestintää, neuvontaa ja ohjausta eri kanavissa ja eri tavoin

Viestintä on yksi keskeisistä keinoista, jolla Luontoaskel terveyteen –ohjelman tavoitteita voidaan edistää. Viestinnällä tuetaan yhteistyötä sekä tutkimustiedon jalkauttamista ja soveltamista. Viestinnän painopistettä suunnataan vaikuttamisviestintään ja kansalaisiin unohtamatta asiantuntija- ja organisaatioviestintää. Vaikuttamisviestinnässä voidaan hyödyntää erilaisia kampanjoita tai vaikuttajakansalaisia. Viestintä on positiivista, siiloja ylittävää ja kokonaisvaltaista planetaarisen terveyden pysyessä keskiössä. Ohjelmasta ja sen tavoitteista ja toimintatavoista viestiminen on keskeistä etenkin verkostoitumisen ja hankeyhteistyön kannalta.

Luontoaskel terveyteen –ohjelman viestintää tehdään ohjelmaorganisaatioiden viestintätyön keinoilla, kanavilla ja resursseilla. Ohjelman viestintää tehdään useilla eri tasoilla ja eri kohderyhmille.

- Tietoisuuden lisääminen kohdistuu asukkaisiin sekä ympäristön ja terveyden parissa eri tavoin työskenteleviin ammattilaisiin. Tiedon lisäämisen lisäksi pyritään vaikuttamaan ihmisten asenteisiin ja aktivoimaan heitä muutokseen.
- Lisätään tietoisuutta ilmiöistä, tavoitteista ja toimintatavoista, jotka vaikuttavat ohjelman taustalla. Viestitään uusin näkökulmin planetaarisesta terveydestä ja terveyden ja ympäristön välisistä yhteyksistä

sekä vahvistetaan viestintää ilmastonmuutokseen ja häiriötilanteisiin sopeutumisesta.

- Osoitetaan toiminnan merkityksellisyys viestimällä konkreettisista toimenpiteistä, hankkeista, tapahtumista ja merkityksestä.
- Lisätään neuvontaa ja ohjausta sekä vaikutetaan ihmisten asenteisiin ja aktivoidaan arkisiin muutoksiin, pieni teko kerrallaan.
- Lisätään viestintää ohjelman tehtäväkokonaisuuksista, erityisesti työpajoista eri teemoissa, ohjausryhmän toimista sekä ilmastonmuutoksesta, luonnon merkityksestä hyvinvointiin ja liikkumisen teemoista organisaatioiden kesken ja välillä.

Ohjelman pääviestit ovat:

- Luonto ihmisen lähellä tukee terveyttä. Luontokato on terveysuhka.
- Luontoystävällisen arjen merkitys on suuri. Ihminen asuu, syö, juo, hengittää ja koskettaa aina suhteessa luontoon.
- Samat arjen teot ovat hyödyksi niin ihmiselle kuin ympäristölle.



4. Sisällytetään planetaarisen terveyden näkökulmia ammatilliseen koulutukseen ja jatkokoulutukseen systemaattisesti

Planetaarisen terveyden teemoja on integroitu koulutukseen (esim. urbaanin viherryttämisen opintokokonaisuus ja planetaarisen terveyden kesäkoulu) sekä erilaisiin tapahtumiin ja luentosarjoihin asukkaille. Planetaarisen terveyden teemoilla on järjestetty täydennyskoulutusta ja hyvinvointialueen henkilöstölle on tarjottu koulutuskokonaisuus kestävästä ja ympäristöystävällisistä sosiaali-, terveys- ja pelastuspalveluista. Helsingin yliopiston omistama täydennyskoulutusyhtiö HY+ on tarjonnut varhaiskasvatuksen kurssia ravitsemuksesta planetaarisen terveyden teemalla, ja Helsingin yliopiston lääketieteellinen tiedekunta on tarjonnut kurssia planetaarisesta terveydestä. Lahden kaupunki on kehittänyt koulujen ruokakasvatusta yhteistyössä Päijät-Hämeen Ateriapalveluiden kanssa.

Planetaarisen terveyden integrointia koulutukseen edistetään neljän vuoden aikana mm. seuraavin tavoin:

- Vahvistetaan planetaarisen terveyden teemoja varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa ja toisen asteen koulutuksessa
- Lisätään erityisesti organisaatioiden henkilöstökoulutusta planetaarisen terveyden teemoista integroiden koulutus työtehtäviin ja toimialoihin

- Konkretisoidaan ravitsemussuosituksia sekä lähiluonnon ja luonnonsuojelun merkitystä kansalaisille ja hyvinvoinnille

- Tuetaan yliopisto-opetuksen kehittämistä

- Valmistellaan yleistajuinen koulutus planetaarisesta terveydestä

5. Integroidaan Luontoaskel terveyteen -ohjelma ja planetaarinen terveys strategioihin, ohjelmiin ja suunnitelmiin

Vuonna 2025 järjestetään sekä kunta- että aluevaalit. Uusien valtuustojen myötä Lahden kaupungin, muiden kuntien ja Päijät-Hämeen hyvinvointialueen strategiat uudistetaan. Tärkeätä on varmistaa, että planetaarinen terveys sisältyy uusiin organisaatioiden strategioihin ja uudistettaviin ohjelmiin.

- Vahva yhteistyö, jossa yhdessä sovitaan painopisteet nykyistä vaikuttavampaan tekemiseen
- Vaikuttaminen kaikissa organisaatioissa päättäjiin sekä ylimpään ja keskijohtoon
- Vaikuttaminen sektorirajoja ylittävän rahoituksen saatavuuteen



Luontoaskel terveyteen -ohjelman tehtäväkohtaiset painopisteet 2025–2028

Luontoaskel terveyteen –ohjelman neljässä tehtävässä on seuraavia kehittämiskohteita neljän vuoden aikana:

Muutetaan ravitsemusta terveellisemmäksi ja kestävämmäksi

- Vaikutetaan kestävän julkisen ruokailun hankintoihin
- Lisätään viestintää eri ikäisille ravitsemussuosituksista sekä ravitsemusneuvontaa ja ohjausta asiakastyössä
- Kehitetään yritysyhteistyötä kestävän ja lähiruoan arvostuksen lisäämiseksi ja innovatiivisten uusien tuotteiden luomiseksi
- Lisätään tietoa ja ymmärrystä sekä vaikutetaan asenteisiin ja kulutuskäyttäytymiseen kestävästä ravitsemuksesta
- Jatketaan kouluruokailun kehittämistä ja osallistetaan lapsia ja nuoria siihen
- Tuetaan toimijoita konkreettisten ravitsemustoimenpiteiden toteuttamisessa eri toimintaympäristöissä ja eri ikäryhmissä päivittämällä Päijät-Hämeen ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelma

Lisätään liikkumista ja fyysistä aktiivisuutta

- Tuetaan Liikkuva Päijät-Häme 2030 -ohjelmaa, Suomi liikkeelle -ohjelmaa ja Lahden kaupungin liikkumisen teemavuotta 2025 sekä Luontoposiitiivinen Lahti 2030
- Vaikutetaan kuntien ja kaupunkien maankäytön ja liikenteen suunnitteluun, rakentamiseen sekä joukkoliikenteen reitteihin
- Edistetään kestävästä työmatkaliikkumista
- Vahvistetaan liikkumista luontoympäristöissä ja parannetaan matalan kynnyksen liikkumismahdollisuuksia
- Vahvistetaan keskeisten ammattilaisten kykyä tunnistaa vähän liikkuvat ja osoittaa tarvittavat jatkotoimenpiteet
- Edistetään etenkin lasten ja nuorten liikunnallista ja luontoystävällistä harrastus- ja kerhotoimintaa
- Vaikutetaan eri toimijoihin ja huolehditaan (luonto) liikuntapaikkojen ja lähiliikuntapaikkaverkoston kehittämisestä, ulkoliikuntapaikkojen lisäämisestä ja

kunnostamisesta, uimarantojen ja talviuintimahdollisuuksien sekä liikunta- ja ulkoilureittien kehittämisestä

- Haetaan yhteistyössä rahoitusta erilaisiin liikkumisen tapahtumiin ja viestintäkampanjoihin

Parannetaan asuinympäristön terveellisyyttä ja kestävyttä

- Vaikutetaan maankäytön ja liikenteen suunnitteluun ja rakentamiseen, ympäristön tilan seurantaan ja ympäristönsuojeluun
- Lisätään asuinympäristöjen viherryttämistä luontokontaktien lisäämiseksi yhteistyössä kuntien ja kaupunkien toimijoiden kanssa
- Vaikutetaan lähiluonnon huomioimiseksi kaavoituksessa, asuinalueiden suunnittelussa sekä rakentamisessa
- Lisätään tietoisuutta asuinympäristön laatua heikentävistä toimista ja neuvotaan paremmista toimintatavoista

Edistetään ihmisten monipuolista yhteyttä luontoon

- Lisätään sosiaali- ja terveydenhuollon, sekä varhaiskasvatuksen ammattilaisten tietoisuutta ja ymmärrystä luontoterveydestä
- Liitetään terveydenhuollon suosituksiin, hoitopolkuihin ja digitaalisiin sovelluksiin tietoa ja ohjeita luontokontaktien hyödyistä
- Vahvistetaan omahoitoon liittyvää ohjeistusta luontoympäristön terveyshyödyistä
- Lisätään mahdollisuuksia terveyttä edistävään luontokontaktiin erilaisissa hoivaympäristöissä turvaamalla helposti saavutettavat viherympäristöt ja -rakenteet
- Liitetään hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelmaan luonnon terveyshyödyt
- Lisätään koulujen ja päiväkotien läheisten luontoympäristöjen käyttöä kouluissa ja varhaiskasvatuksessa ja tutustetaan ja kannustetaan lapsia luonnossa oleskeluun, leikkimiseen ja liikkumiseen
- Luonnossa liikkumista kannustetaan ja vahvistetaan mm. Liikkuva koulu ja Liikkuva varhaiskasvatus –ohjelmien ja Suomi Liikkeelle –ohjelman kautta
- Edistetään työympäristöissä luontoaltistusta osana henkilöstöstrategiaa työhyvinvoinnin edistämisessä

- Luodaan mahdollisuuksia TKI-panostuksiin luontoympäristöjen terveysvaikutusten ja uusien terveyssektorin innovaatioihin
- Edistetään terveys- ja hyvinvointiaiheisten sovellusten kehittäjien hyödyntämisen kykyä uusista tutkimustiedoista ja luonnon terveyshyödyistä sekä tuetaan integrointia sovellusten tarjoamiin suosituksiin

Ohjelman hallinto

Ohjelmaa johtaa ohjausryhmä, joka kokoontuu kolme kertaa vuodessa. Ohjausryhmän jäsenet ovat seuraavista organisaatioista:

- Päijät-Hämeen hyvinvointialue, Lahden kaupunki ja Lahden yliopistokampus
- Helsingin yliopisto (HY)
- Lappeenrannan-Lahden teknillinen yliopisto (LUT)
- LAB ammattikorkeakoulu (LAB)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)
- Suomen ympäristökeskus (SYKE)
- Luonnonvarakeskus (LUKE)
- WWF Suomi

Kolmen ensimmäisen organisaation edustajat muodostavat operatiivisen ohjelmaryhmän.



4. Lahden kaupungin toimintasuunnitelma Luontoaskel terveyteen -ohjelman edistämiseksi



Yhteistyötä planetaarisen terveyden edistämiseksi

Luontoaskel terveyteen -ohjelman toteuttamiseksi kolme organisaatiota, Päijät-Hämeen hyvinvointialue, Lahden yliopistokampus ja Lahden kaupunki, tekevät kaikissa ohjelman painopisteissä yhteistyötä. Jotkut toimintatavat ovat jo vakiintuneet. Esimerkiksi vuosittain järjestettävä Lahden tiedepäivä kokoaa planetaarisen terveyden tutkimusta ja käytännön toimijoita yhteen. Tämän lisäksi kansainvälistä tutkija- ja toimijajoukkoa kutsutaan jo toistamiseen Lahteen vuonna 2026 järjestettävään People & Planet -konferenssiin. Konferenssissa on mahdollista verkostoitua kansainvälisten toimijoiden kanssa planetaarisen terveyden teemoissa sekä jakaa tietoa ja käytännön hyviä esimerkkejä.

Luontoaskel terveyteen -ohjelman tavoitteita organisaatiot ovat edistäneet useissa yhteisissä hankkeissa. Hankerahoituksen saaminen on välttämätöntä, koska ohjelmalla ei itsessään ole toimintarahoitusta. Yhteisiä hankkeita on toteutettu tai rahoitusta haettu muiden muassa planetaarisen terveyden asukaspilottiin sekä kestävän liikkumisen, kestävän kaupunkisuunnittelun ja kestävän ravitsemuksen edistämiseen.

Kokeilujen kautta jatkokehittämiseen

Lahden kaupungin osalta Luontoaskel terveyteen -ohjelmaa tullaan toteuttamaan seuraavana esiteltävien kolmen kokonaisuuden kautta.

Lahti on ollut pitkään edistyksellinen ympäristötyössä ja on siitä tullut tunnetuksi sekä kansallisesti että kansainvälisesti. Kaupungin strategiset kestävyystavoitteet ovat kuitenkin haastavia ja edellyttävät toteutuakseen nykyistä enemmän tavoitteita tukevaa toimintaa. Henkilöstön osallistamisen vahvistamiseksi ja jo tehdyn kestävyystyön näkyväksi tekemiseksi halutaan tarjota lisää tukea ja innostaa kehittämistä kaupunkiorganisaatiossa. Tätä työtä mahdollistaa uusi Interreg Europe -hankerahoitus planetaarisen terveyden edistämiseksi.

Luontoaskel terveyteen -ohjelmassa yksi tehtäväkokonaisuus on terveellisen ja kestävän ravitsemuksen edistäminen. One Health 4 Cities -hankkeessa pilotoitiin tähän liittyen järvikalapihvin maistuvuutta lapsille ja nuorille. Lahden koulujen ja päiväkotien ruokalistalla oli suomalaisen ruuan päivänä torstaina 4. syyskuuta uutuus: kalapihvi, jonka valmistuksessa oli käytetty Vesi-järvestä hoitokalastettua kalaa. Vesijärven kalapihvi oli ensimmäistä kertaa tarjolla kaikille lapsille ja nuorille Lahdessa. Kahdessa koulussa oppilailta kysyttiin ja he saivat antaa palautetta järvikalapihvin maistuvuudesta.

Ruoka maistui lapsille ja nuorille ja palaute oli erittäin hyvää. Hyvä palaute varmisti sen, että järvikalapihvi on koulujen ruokalistalla jatkossakin.

Toinen One Health 4 Cities -hankkeen pilotti liittyi perusopetuksen ympäristökasvatusohjelman kehittämiseen. Lahden perusopetuksen opetussuunnitelmaan sisältyy uusi ympäristökasvatusohjelma elokuusta 2025 alkaen. Sen tavoitteena on, että jokainen peruskoululainen tutustuu lähiluontoon ja omaksuu ympäristökaupungin arvot koulupolkunsa aikana. Hankkeessa kehitettiin ympäristökasvatusohjelman sisältöjä, testattiin ulkona opettamisen toteutusta eri oppiaineissa sekä kehitettiin opetusmateriaaleja ulkona tapahtuvan opetuksen tueksi.

”

Lahti on ollut pitkään edistyksellinen ympäristötyössään ja on siitä tullut tunnetuksi sekä kansallisesti että kansainvälisesti.

4.1. Strategisten tavoitteiden edistyminen kaupunkiorganisaatiossa

Lahden kaupungilla on kunnianhimoiset kestävyys-tavoitteet, jotka ovat Lahden strategiassa tai strategiaa jalkauttavissa ohjelmissa mukana. Luontoaskel terveyteen -ohjelma ja planetaarisen terveyden näkökulma on sisällytetty useisiin toimenpideohjelmiin. Esimerkiksi Lahden kestävän kaupunkiliikkumisen ohjelman (SUMP) avulla kaupunki ohjaa ja kannustaa siirtymään kohti kestäviä liikkumismuotoja. Lahden kaupungin hyvinvointisuunnitelmassa kannustetaan ja ohjataan asukkaita terveyttä edistäviin ja kestäviin ruokavalintoihin sekä terveellisiin elintapoihin. Luontopositiivinen Lahti 2030 -tavoitteen saavuttamista kiritetään useiden ohjelmien ja tiekarttojen avulla. Viheralueohjelmassa painotetaan erityisesti ilmastomuutokseen sopeutumista, luontokadon hillitsemistä sekä viheralueiden hyvinvointi- ja elinvoimavaikutuksia. Kaupunkipuulinjauksessa taas esitetään tavoitteet sekä toimenpiteet kaavoituksesta ja suunnittelusta aina puiden hoitoon, jotta kaupunkipuiden arvostus kasvaisi.

Luontoaskel terveyteen -ohjelma kokoaa yhteen kaupungin ympäristötavoitteet, yhdistää niihin terveys- ja taloustavoitteita sekä yhteistyön terveys- ja ympäristötoimijoiden välillä. Tavoitteiden siirtyminen laajasti käytännön toimenpiteiksi edellyttää vielä organisaation sisällä toimintatapojen selkeyttämistä, sisäistä viestintää ja koulutusta sekä uusien innovaatioiden löytämistä.

Tätä on tavoitteena edistää henkilöstön kanssa. Tavoitteena on kehittää toimintamalli, joka tarjoaa planetaarisen terveyden käsittelyä sekä tunteen, tiedon että toiminnan kautta. On myös tärkeää nostaa esiin jo tehtyä hyvää työtä ja tehdä sitä tunnetuksi organisaation sisällä.

”

Tavoitteena on kehittää toimintamalli, joka tarjoaa planetaarisen terveyden käsittelyä sekä tunteen, tiedon että toiminnan kautta.

Kestävän kaupunkiliikkumisen ohjelma SUMP

Viheralueohjelma 2035

Lahden kaupunkipuulinjaus

Lahden kaupungin hyvinvointisuunnitelma 2022–2025

Painopiste:

Lisätään viestintää, neuvontaa ja ohjausta planetaarisesta terveydestä eri kanavissa ja eri tavoin

Tavoite:

Lisätään kaupunkiorganisaatiossa keskustelua, ymmärrystä ja osallisuutta strategisista kestävyystavoitteista ja planetaarisesta terveydestä.

Toimenpide:

Suunnitellaan Lahden kaupungin malli henkilöstön osallistamisesta planetaarisen terveyden edistämiseksi ja strategisten tavoitteiden jalkauttamiseksi palvelualueille. Yhdistetään mallissa tunteet, tieto ja toiminta. Hyödynnetään tunteiden käsittelyssä Erätauko-keskusteluja, joihin kaupungin henkilöstöä on koulutettu. Lisäksi tavoitteena on ratkaisukeskeisten työpajojen järjestäminen – miten eri työyksiköissä voidaan nykyistä paremmin eri tehtävissä edistää planetaarista terveyttä.

Miten toimenpide etenee ja missä aikataulussa:

Toimenpiteet etenevät vaiheittain ja vuoden 2026 aikana on suunnitelmassa pilotoida mallia jonkun/joidenkin ryhmien kanssa. Malliin kuuluvat:

- Erätauko-keskustelut henkilöstön kanssa
- Koulutus/viestintämateriaalit saavutettaviksi ja sisäiset koulutukset
- Työpajat, joissa syvennetään planetaarisen terveyden tavoitteiden kytkemistä omaan työhön.

Vastuutaho:

Päävastuu suunnittelusta ja toteutuksesta on elinkeino- ja ympäristökehityksen yksiköllä.

Kustannus:

Kustannukset muodostuvat lähinnä henkilöstön työajan käytöstä sekä mahdollisten asiantuntijapalveluiden ostosta

Rahoitus:

Mahdollisten asiantuntijapalveluiden ostoa rahoitetaan One Health Gov -hankkeesta.

Miten mitataan:

Mallin suunnittelu toteutuu (kyllä/ei), Erätauko-keskustelut toteutuvat (kyllä/ei; lkm; osallistujien lkm), työpajoihin osallistuneiden määrä (henkilöitä lkm), osallistuneiden palaute (arviointiasteikko 1-5).

Riskit:

Kaupungin heikon taloudellisen tilanteen ja henkilöstömäärän vähentämisen takia henkilöstö ei pysty osallistumaan koulutuksiin, Erätauko-keskusteluihin tai työpajoihin.

Kytkös planetaariseen terveyteen:

Sisältö täysin kytköksissä planetaariseen terveyteen.

4.2. Planetaarinen ruokavalio edistää ihmisen ja muun luonnon hyvinvointia

Suomeen saatiin uudet kansalliset ravitsemussuositukset vuoden 2024 lopulla. Ravitsemussuositusten keskeinen tavoite on parantaa väestön terveyttä. Ravitsemussuositusten mukaan ruokavalioon tulisi lisätä kasviksia, marjoja ja hedelmiä. Punaista lihaa ja lihavalmisteita tulisi käyttää enintään 350 grammaa viikossa. Etenkin suomalaiset miehet syövät punaista lihaa ja siitä prosessoituja tuotteita enemmän kuin olisi terveyden kannalta hyväksi.

Tutkimusten mukaan ympäristövaikutuksiin linkittyvät ravitsemushaasteet lapsilla ovat suosituksia vähäisempi kasvien, etenkin palkokasvien, ja suosituksia runsaampi eläinperäisten ruokien kulutus sekä ylipainoon johtavat elintavat. EAT-Lancet-tutkimusryhmä on tehnyt suosituksen niin sanotusta planetaarisesta ruokavaliosta vuonna 2019. Planetaariseen ruokavalioon verrattuna 3-6-vuotiailla suomalaislapsilla punaisen lihan ja maitovalmisteiden kulutus oli jopa viisinkertaista.

Ruokateema liittyy vahvasti paitsi Lahden myös koko Päijät-Hämeen kehittämisen kärkiin. Food Campus Finland on kestävään kasvipohjaisuuteen painottuva ruokaekosysteemi ja ruokajärjestelmä, jonka vahvuuksina ovat biokiertoisuus ja innovaatiot.

Tämän yhteistyöalustan ovat perustaneet johtavien alan yritysten ja viljelijöiden yhteenliittymä Päijät-Hämeen Viljaklusteri, alueen oppilaitokset, Lahden kaupunki sekä elinkeinoyhtiö LADEC Oy. Päijät-Häme yhtenä Suomen suurimmista elintarviketeollisuuden keskittymistä luo otollisen toimintaympäristön kehittää kestävä elintarviketuotantoa.

Food Campus Finlandin päämääränä on kasvattaa merkittävästi Suomen elintarviketeollisuuden jalostusarvoa ja TKI-toimintaa, ja sitä kautta synnyttää uutta kansainvälistä kasvua alalle. Alusta keskittyy erityisesti kasviperäisiä raaka-aineita hyödyntävään elintarviketuotantoon sekä uusiin, tulevaisuuden ruoan ja juoman tuotannon ratkaisuihin. Tämä kehittämistyö edistää Luontoaskel terveyteen -ohjelman tavoitteiden saavuttamista koko maakunnan alueella.



Kunnan rooli terveellisen ja kestävän ruokavalion edistämisessä

Kunta voi vaikuttaa ruokatottumuksiin julkisen ruokatarjonnan kautta. Varhaiskasvatuksessa ja kouluissa tarjottavien aterioiden myötä lapset ja nuoret voidaan totuttaa uusiin makuihin ja terveellisiin vaihtoehtoihin. Varhaiskasvatuksella ja perusopetuksella on suuri merkitys lasten ja nuorten ruokailutottumuksiin, mihin voidaan vaikuttaa myös kasvatuksella ja koulutuksella. Päijät-Hämeen Ateriapalveluilla onkin tavoitteena lisätä kasviperäisten ruokien osuutta lasten ja nuorten ruokavaliossa. Tämä on myös sosiaalisesti kestävää, sillä kaikissa perheissä ei ole taloudellisia tai muita resursseja ruokavalion muuttamiseen.

Luontoaskel terveyteen -ohjelmassa yhtenä neljästä toimenpidekokonaisuudesta on ohjelman alusta alkaen ollut ravitsemuksen muuttaminen terveellisemmäksi ja kestävämmäksi. Kasvispainotteisuuden lisääminen päiväkotij- ja kouluruokailussa on ollut myös Lahden strategiassa yhtenä kärkitoimenpiteenä. Tavoitteen kirittämiseksi on tehty erilaisia pilotteja kouluissa, lapsia ja nuoria on osallistettu keskustelemaan ruuasta, antamaan siitä palautetta sekä kehittämään reseptiikkaa osana kotitalousopetusta. Oppilaita on mukana ruokaraadeissa, jotka säännöllisesti koemaistavat uusia ruoka-annoksia ja antavat niistä palautetta.

Ruokatottumuksissa muutos ei tapahdu nopeasti, joten kehittämistyötä tarvitaan jatkuvasti. Muutoksen aikaansaamiseen ei riitä pelkästään ruoka-annosten kehittäminen, vaan tarvitaan lisää lasten ja nuorten osallistamista, kasvatusta ja koulutusta, uudenlaista ruokapuhetta, rauhallisia ruokailuhetkiä ja riittävästi aikaa ruokailla. Tätä kehittämistyötä jatketaan myös Luontoaskel terveyteen -ohjelman myötä. Yksi toimenpiteistä sisältyy Lahden ympäristökasvatusohjelman tarjontaan 1-luokkalaisille ja tämän opetusohjelman kehittäminen edelleen. Tavoitteena on jatkaa erilaisilla ruokakasvatuksen piloteilla myös tulevaisuudessa yhteistyössä koulujen ja varhaiskasvatuksen kanssa. Onnistuneet pilotit siirtyvät toimiviksi käytännöiksi. Yksi esimerkki onnistuneesta pilotista on Vesijärven hoitokalastetusta kalasta valmistetun kalapihvin kehittäminen lapsille ja nuorille maistuvaksi ruoka-annokseksi.



Tehtäväkohtainen painopiste:

Muutetaan ravitsemusta terveellisemmäksi ja kestävämmäksi

Toimenpiteet:

- Vaikutetaan kestävän julkisen ruokailun hankintoihin
- Jatketaan kouluruokailun kehittämistä ja osallistetaan lapsia ja nuoria siihen

Vastuutaho:

Kouluaterioiden kehittämisvastuu on Päijät-Hämeen Ateriapalveluilla. Yhteiskehittämisen ja koordinoinnin vastuu elinkeino- ja ympäristökehityksen yksiköllä.

Kustannus:

Työtä tehdään perustekemisenä, joten ei erityisiä kustannuksia.

Miten toimenpide etenee ja missä aikataulussa:

Lahden kaupungin ja Päijät-Hämeen Ateriapalveluiden välillä jatkuu yhteinen keskustelu ja suunnittelu kouluruokailun kehittämiseksi. Kehittämiseen on tavoitteena hakea hankerahoitusta. Jos hankerahoitusta saadaan, se antaa puitteet suunnitellulle kehittämistyölle.

Perustyönä jatkuu oppilaiden makuraatien sopiminen ja niiden käytännön järjestelyt. Lukuvuoden aikana on tavoitteena järjestää kolme makuraatia eri puolilla kaupunkia. Makuraadeissa oppilaat pääsevät arvioimaan uutuusreseptien mukaan valmistettuja ruoka-annoksia.

Syksyllä 2025 kouluissa aloittaneet ympäristökasvatuksen vastuuopettajat keskustelevat ja pohtivat ruokakasvatuksen edistämisen mahdollisuuksia kouluissa yhteisessä tapaamisessa. Kootaan opettajien kehittämisideat ja mahdollisesti niiden pohjalta suunnitellaan toimenpiteet.

Rahoitus:

Perusrahoitus ja mahdollinen hankerahoitus.

Miten mitataan:

Uusien hankerahoitusten määrä (€), uusien innovaatioiden määrä (kpl), kouluterveyskyselyn tulokset

Riskit:

Kaupungin niukka taloudellinen tilanne ja henkilöstömäärän vähentäminen voivat heikentää henkilöstön mahdollisuuksia osallistua kehittämiseen ja hankerahoituksen hakemiseen.

Kytkös planetaariseen terveyteen:

Ravitsemus on Luontoaskel terveyteen -ohjelman yksi painopisteistä.

4.3. Kasvatus ja koulutus ovat merkittävässä roolissa kestävyystavoitteiden saavuttamisessa

Lahden kaupungin uusi strategia hyväksyttiin lokakuussa 2025. Kaupungin visio vuoteen 2035 on: Lahti – Tehty kestäväksi. Tuoreessa strategiassa linjataan, että uuden ajan yliopisto- ja ympäristökaupungissa yritykset menestyvät ja elämä on merkityksellistä. Ympäristötavoitteet ovat vahvasti strategian kärkiteemoina. Strategian tavoitteiden saavuttamiseen tarvitaan kaupungin lisäksi kaikki muutkin toimijat mukaan – korkeakoulut, oppilaitokset, yritykset ja muut yhteisöt sekä asukkaat. Toimijoita on paljon. Kaupunki voi omilla toimillaan vaikuttaa erityisesti asukkaiden tietoihin, taitoihin ja asenteisiin sivistyspalveluiden kautta.

Lahdessa päätettiin keväällä 2024 lähteä kehittämään perusopetukseen Lahti, johtava ympäristökaupunki – teemalla ympäristökasvatusohjelma osaksi perusopetuksen opetussuunnitelman paikallista toteutusta. Ympäristökasvatusohjelma on osa perusopetuksen Lahti oppimisympäristönä kokonaisuutta, joka tarjoaa kaikille peruskoululaisille yhdenvertaisia mahdollisuuksia tutustua omaan kotikaupunkiinsa. Kokonaisuus tarjoaa ympäristökasvatussisältöjä lähes kaikille luokka-asteille. Kokonaisuutta lähdettiin rakentamaan planetaarisen terveyden näkökulmasta.

Oppituntikokonaisuuksiin haluttiin sisällyttää paljon ulkona metsässä, suolla tai järven rannalla tapahtuvaa opetusta. Luonnossa oleminen edistää terveyttä ja tukee hyvän luontosuhteen kehittymistä. Lisäksi ohjelmaan sisällytettiin kestäväan ravitsemukseen liittyvä kokonaisuus yhdelle luokka-asteelle.

Myönteiset luontokokemukset lapsuudessa edesauttavat kasvattamaan ympäristöarvoja vaalivia ja aktiivisia toimijoita. Ympäristökasvatusohjelman myötä johtavan ympäristökaupungin strategiaa ja planetaarista terveyttä toteutetaan laajasti myös perusopetuksessa.

Pilottivuoden kokemuksista kohti uuden kehittämistä

Ympäristökasvatusohjelmaa toteutetaan ensimmäistä kertaa syksystä 2025 alkaen. Planetaarisen terveyden tavoitteiden jalkauttamiseksi ja vakiinnuttamiseksi ympäristökasvatusohjelman kehittäminen jatkuu edelleen. Ensimmäisen vuoden kokemuksista saadaan palautetta ja kehittämisideoita, joita voidaan edelleen hyödyntää opetuskokonaisuuksien kehitystyössä.



Vuoden aikana myös seurataan, miten hyvin opetuskokonaisuuksia on toteutettu kaikissa kouluissa. Kunkin luokka-asteen tulisi saada kokea sille suunniteltu kokonaisuus, koska ohjelma on osa paikallista opetussuunnitelmaa.

Tulevat kehittämiskohteet liittyvät edelleen kestäväan ravitsemukseen, luontosuhteen syventämiseen, ilmastosaamiseen sekä kestäväan kulutukseen. Opetussuunnitelmatyön ohella koulujen kierrätysjärjestelmiä kehitetään kahden pilottikoulun kanssa. Näistä saadun kokemuksen ja oppien perusteella luodaan malli kaikkien lahtelaisten koulujen jätehuollon ja kierrätyksen tehostamiseksi ja teeman kytkemiseksi osaksi koulun jokapäiväistä, kestäväa toimintaa.

Painopiste:

Integroidaan Luontoaskel terveyteen -ohjelma ja planetaarinen terveys strategioihin, ohjelmiin ja suunnitelmiin

Toimenpiteet:

Jatketaan ympäristökasvatusohjelman toteuttamista ja vakiinnuttamista osana paikallista perusopetuksen opetussuunnitelmaa.

Vastuutaho:

Sivistyspalvelut vastaa perusopetuksesta. Kehittämisessä elinkeino- ja ympäristökehityksen yksikkö tekee yhteistyötä sivistyspalveluiden sekä ohjelmien eri toteuttajien kanssa.

Kustannus:

Työ tehdään pääosin kaupungin perustyoinä. Joidenkin ohjelmien toteuttamiseen osallistuvat kaupungin palveluyksiköt sekä ulkopuoliset organisaatiot omalla kustannuksellaan ja erityisellä rahoitusosuudella.

Miten toimenpide etenee ja missä aikataulussa:

Ympäristökasvatusohjelmaa toteutetaan syksystä 2025 lähtien. Palautetta kootaan ohjelmien toteutumisesta ja toteutuksen onnistumisesta lukuvuoden kuluessa. Ohjelmiin osallistuvien toteuttajatahojen palaute ja kokemukset kootaan myös ohjelmien toteutuksen jälkeen. Kokemusten ja palautteen perusteella ohjelmia kehitetään ennen seuraavaa lukuvuotta.

Rahoitus:

Kaupungin perusrahoitus sekä joidenkin ohjelmien erillusrahoitus. Varmistetaan rahoituksen jatko kaikkien toteuttajien kanssa. Sopivia hankerahoituksia myös haetaan ohjelman jalkauttamiseksi ja kehittämiseksi.

Miten mitataan:

Ohjelmien toteutuminen (% luokista osallistunut), koonnit palautteista (tehty/ei tehty), uusien hankerahoitusten määrä (€)

Riskit:

Kaupungin niukka taloudellinen tilanne ja henkilöstömäärän vähentäminen voivat heikentää henkilöstön mahdollisuuksia osallistua kehittämiseen ja hankerahoituksen hakemiseen. Toteuttajaorganisaatiot eivät sitoudu toteuttamaan ohjelmia tulevina vuosina.

Kytkös planetaariseen terveyteen:

Ohjelmissa ovat mukana kestävät elämäntavat, kuten kestävä ruokavalio ja liikkuminen, samoin luontokosketus. Lisäksi tarjotaan mahdollisuus oman luontosuhteen syvenemiseen.

5. Arvio Luontoaskel terveyteen -ohjelman pitkän aikavälin toteutuksesta ja hallintomallista



Ohjelma jatkuu vuoteen 2032

Luontoaskel terveyteen -ohjelma tehtiin tietoisesti 10-vuotiseksi, koska vaikeita ongelmia ei ratkaista helposti ja nopeasti. Ohjelma on voimassa vielä useita vuosia, ja vuonna 2025 ohjelman toiminnallinen osuus päivitettiin.

Luontoaskel terveyteen -ohjelman toteutuksen hallinnointi on sovittu niin, että Päijät-Hämeen hyvinvointialue omistaa ohjelman ja sitä toteuttavat myös Lahden kaupunki ja Lahden yliopistokampus. Ohjelmalla on virallisesti nimetty ohjausryhmä, jossa on näiden kolmen organisaation edustajien lisäksi useiden sidosryhmien edustajia. Ohjausryhmässä on useiden kansallisten organisaatioiden edustus, mikä vahvistaa yhteistyötä kansallisella tasolla. Luontoaskel terveyteen -ohjelman käytännön edistämisestä vastaa pienempi ohjelmaryhmä, jossa on kolmen organisaation edustuksen lisäksi usein asiantuntijoita vierailulla. Ohjelmaryhmä kokoontuu säännöllisesti viikoittain. Ohjelmatyötä syvennetään säännöllisten viikkotapaamisten lisäksi työpajoilla, joissa suunnitellaan esimerkiksi pidemmän aikavälin yhteistyötä, tehtävien priorisointia tai rahoituksen varmistamista.

Lahden kaupungin strategia sisältää planetaarisen terveyden tavoitteita, joten työlle on jatkossakin kaupungin sisällä vahva perusta. Uusi nelivuotinen valtuustokausi vuonna 2025 alkoi poliittisten puolueiden valtuustosopimuksella, jossa valtuusto sitoutuu

moniin planetaarisen terveyden tavoitteisiin. Kaupungin strategisissa ohjelmissa ja niihin liittyvissä tiekartoissa on yhtymäpintoja Luontoaskel terveyteen -ohjelmaan, joten ohjelman tavoitteita tukeville toimenpiteille on tulevaisuuden suuntaviivat olemassa. Planetaarisen terveyden näkökulmasta tärkeä on myös valmistelussa oleva hyvinvointisuunnitelma, joka on kunnan lakisääteinen, valtuustokausittain laadittava asiakirja. Hyvinvointisuunnitelma toimii kaupungin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnittelun, seurannan, arvioinnin ja raportoinnin työvälineenä. Suunnitelmassa määritellään yhteiset tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit, joilla varmistetaan, että Lahdessa voidaan hyvin nyt ja tulevaisuudessa. Tärkeätä on eri ohjelmissa, suunnitelmissa ja toimeenpanossa varmistaa, että kaikki asukkaat sukupuolesta, iästä, taustasta tai tulotasosta riippumatta voivat hyötyä planetaarisen terveyden toimenpiteistä.

Lahti on URBACT-rahoitteisen One Health 4 Cities -hankkeen myötä verkostoinut kansainvälisesti planetaarisen terveyden edistämiseksi. Lahden kaupunginjohtaja Niko Kyynäräinen kutsui myös muita kaupunkeja aktiiviseen työhön planetaarisen terveyden edistämiseksi ICLEI:n kansainvälisessä konferenssissa lokakuussa 2024 Tanskan Aalborgissa. Lahden kaupunki jatkaa kansainvälistä yhteistyötä planetaarisen terveyden edistämiseksi EU:n Interreg Europe -ohjelman rahoittamassa One Healh Gov -hankkeessa.



Kansallinen luontoterveys- ohjelma käynnistymässä vuonna 2026

Suomessa valmistellaan kansallista luontoterveys-ohjelmaa, jonka on määrä käynnistyä vuoden 2026 alkupuolella. Ohjelmaa alkaa koordinoida Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL.

Ohjelman tavoitteena on lisätä suomalaisten luontoaltistusta ja tätä kautta vähentää kansansairauksista aiheutuvaa taakkaa sekä lisätä hyvinvointia. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että suomalaiset altistuisivat luonnon myönteisille terveysvaikutuksille nykyistä enemmän arjessaan, kuten esimerkiksi päiväkotien ja koulujen pihoiden, työpaikoilla sekä hoivaympäristöissä. Kansallinen luontoterveysohjelmatyö tulee vahvasti tukemaan Lahdessa ja Päijät-Hämeen hyvinvointialueella tehtävää Luontoaskel terveyteen -ohjelmatyötä. Mahdollisesti kansallisen ohjelman kautta avautuu myös jatkossa rahoitusmahdollisuuksia kuntien ja alueiden luontoterveystyölle.

Luontoaskel terveyteen -ohjelman vaikuttavuus

Monet kansanterveyteen ja ympäristöön liittyvät ongelmat ovat kytköksissä arvoihimme ja elintapoihimme, joihin on erityisen vaikea vaikuttaa. Planetaarisen terveyden edistämiseen on julkisilla organisaatioilla vähän suoria vaikutustapoja. Tällainen on esimerkiksi julkinen ruokailu, jossa kunta voi edistää terveellisiä ja ympäristölle kestäviä ruokailutottumuksia. Erityisen merkittäviä asenteiden, tietojen ja taitojen oppimisessa ja omaksumisessa ovat kasvatusta ja koulutus, joissa kunnalla on merkittävä rooli. Lahdessa on näissä kummassakin päästy hyvään alkuun, joten edistystä on mahdollista odottaa lähitulevaisuudessa.

Kunta ei voi yksin ratkaista monimutkaisia ongelmia, vaan työhön tarvitaan kumppaneita. Luontoaskel terveyteen -ohjelma on kolmen organisaation yhteistyön tulos. Tämä tarjoaa mahdollisuuden monenlaiseen yhteistyöhön eri asiakasryhmien kanssa. Tätä yhteistyön syventämistä on syytä tehostaa tulevana vuosina.

Luontoaskel terveyteen -ohjelman toteutuksen haasteena on se, ettei toimenpiteille ole perusrahoitusta. Rahoitusta on hankittu eri hankehakujen kautta, jolloin käytännön toteutus on paljon perustunut saatuun hankerahoitukseen.

Luontoaskel terveyteen -ohjelman vaikuttavuuden arviointia on tarpeen tehdä lähitulevaisuudessa. Ihmisten terveyteen vaikuttavat monet asiat, joten yhden ohjelman vaikuttavuutta voi olla vaikea todentaa. Suomessa kerätään paljon dataa ihmisten terveydestä, liikkumisesta, ravitsemuksesta, ympäristön tilasta ja niin edelleen, joten tätä dataa analysoimalla voidaan tehdä johtopäätöksiä Päijät-Hämeen ja Lahden tilanteesta ja planetaarisen terveyden edistymisestä. Kansallinen luontoterveysohjelma tulee osaltaan tuottamaan vaikuttavuusarviointia koko Suomelle, joten sen myötä saamme myös omalta alueeltamme vertailtavaa tietoa.

Liitteet

Liite 1. Planetaarinen terveys ja yhteinen terveys

Luontoaskel terveyteen –ohjelma pohjautuu planetaarisen terveyden (Planetary Health) käsitteeseen, joka korostaa ihmisen terveyden ja hyvinvoinnin sekä luonnon järjestelmien tasapainon keskinäistä riippuvuutta. Yhteinen terveys (One Health) on samantapainen ja samoissa yhteyksissä usein käytetty käsite, joka painottaa ihmisten, eläinten ja ekosysteemien terveyden välisiä yhteyksiä.

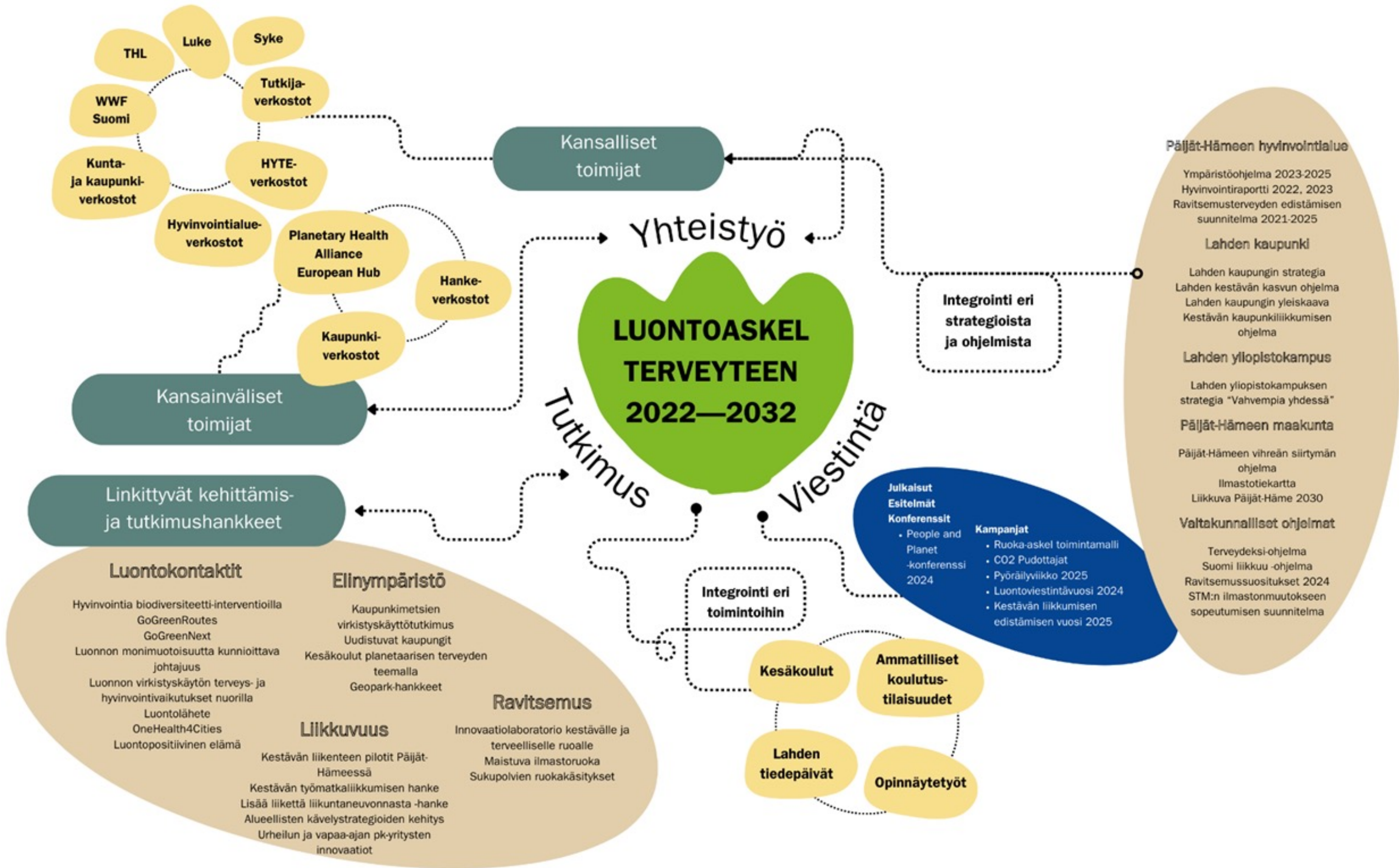
Molemmat käsitteet korostavat systeemistä ja poikkitieteellistä lähestymistapaa, ratkaisukeskeisyyttä sekä yhteiskunnan eri toimijoiden välistä yhteistyötä. Historiallisten syitten takia käsitteet painottavat jossain määrin erilaisia ongelmia. Esimerkiksi ihmisen terveyden osalta yhteinen terveys painottaa tartuntatauteja (esim. zoonoosit, antibioottiresistenssi), kun taas planetaarinen terveys keskittyy enemmän tarttumattomien tautien (esim. allergia, astma) ehkäisyyn. Käsitteet ovat jossain määrin päällekkäiset ja ne täydentävät toisiaan.

Liite 2. Luontoaskel terveyteen -ohjelman edistyminen 2022-2024

Lahden seudulla käynnistynyt Luontoaskel terveyteen – ohjelman teemoihin on syntynyt useita hankkeita. Ohjelman tehtävistä luontokontaktit ja luonnon hyvinvointivaikutukset ovat saaneet paljon huomiota. Erityisesti tutkimushankkeita sekä tutkimuksen soveltamiseen tähtääviä hankkeita on syntynyt ja on käynnissä useita mm. NATUREWELL, GoGreenRoutes, GoGreenNext, One Health Gov, BIWE, Liiketoimintaa lähiluonnosta, ja Luontolähete -hankkeet.

Konkreettisia toimia ovat Lahden terveismetsän reitin ja ohjeiden laatiminen ja suunniteltu toiminta mm. terveismetsäoppaiden koulutukset. Monet näistä hankkeista linkittyvät läheisesti myös asuinympäristöjen terveellisyyteen ja kestävyys. Asuinympäristöihin liittyvät konkreettiset toimenpiteet liittyvät luonnonsuojelualueiden lisäämiseen, Lahden keskustavisio 2040 ohjelmaan sekä ilmanlaatuun ja ympäristöterveyteen liittyvät ohjelmat ja suunnitelmat.

Liikunnan lisäämisen ja kestävän liikkumisen osalta käynnissä on hankkeita monen organisaation yhteistyönä, kuten työmatkaliikkumisen edistäminen (Sycla), alueellisten kävelyohjelmien laatiminen (Step Up), urheilun ja vapaa-ajan yritysten innovatiivista kasvua ja kilpailukykyä edistävä Active ID, yritysten uusien tuotteiden ja palveluiden ratkaisut mm. liikkumiseen ja kuntoutukseen kehittävät I3-INSHAPE ja Uudistuvat kaupungit, jotka tukevat alueellisia kestävän kaupunkiliikkumisen (SUMP) ja Liikkuva Päijät-Häme -ohjelmia.



Kuva 1. Luontoaskel terveyteen –ohjelman tavoitteet ja tehtävät.

Myös terveellistä ja kestävää ravitsemusta on edistetty tutkimushankkeilla, kuten Ruoka-askel ja BIODIFUL, jossa on tutkimuksen alla ruoan biodiversiteettivaikutukset. Kestävä ravitsemus on huomioitu myös ohjelmissa ja suunnitelmissa.

Planetaarinen sekä yhteinen terveys sisällytetään yhä useammin ohjelmiin ja tavoitteisiin niin maailmanlaajuisesti kuin Suomessakin. Terveysnäkökulmat ovat mukana YK:n ilmasto- ja biodiversiteettikokouksissa ja monet EU:n ohjelmista sisältävät ajattelua, jossa ympäristön ja terveyden väliset kytkennät on huomioitu. Suomessa moni ympäristön hyvinvointia (Sitra, Luonnonsuojelu-liitto) tai kansanterveyttä tukeva taho, (esim. THL, Iho-, allergia- ja astmaliitot, Aivoliitto, hyvinvointialueiden ja kuntien hyvinvointikoordinaattorit) on nostanut planetaarisen terveyden agendalle. Kaikki kolme ohjelma-organisaatiota ovat nostaneet planetaarisen terveyden strategioihinsa.

Lahdessa järjestettiin 13.-15.2.2024 People and Planet –planetaarisen terveyden konferenssi. Osallistujia oli 200, joista 40 % oli kansainvälisiä. Konferenssi toi yhteen ympäristö- ja terveysalan tutkijoita ja muita toimijoita. Luontoaskel terveyteen –ohjelman teemat ovat olleet vahvasti esillä myös Lahden tiedepäivässä, joka on vuosittain järjestettävä kaikille avoin tiedetapahtuma.

Ohjelman toteuttajaorganisaatiot ovat tehneet ohjelman viestintää omissa kanavissaan. Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymä ylläpitää Luontoaskel terveyteen –ohjelman

nettisivuja, joille on koottu perustietoja ohjelmasta sekä hankkeita, blogikirjoituksia ja artikkeleita ohjelman teemoihin liittyen. Luontoaskel terveyteen –ohjelma on lisäksi näkynyt hyvinvointialueen henkilöstö- ja sidosryhmäviestinnässä, sosiaalisessa mediassa sekä esityksissä ulkoisille kotimaisille ja kansainvälisille toimijoille. Lahden kaupunki on sisällyttänyt ohjelman teemoja asukasosallisuustyöhön ja linkittäneet ohjelman muihin kaupungin asiakirjoihin. Lahden yliopistokampuksen viestinnässä Luontoaskel terveyteen –ohjelma näkyy mm. kuukausittaisissa tutkimusrahoituksesta ja –tapahtumista viestivässä tutkijakirjeessä sekä sosiaalisen median nostoissa.

Ohjelman toteuttajaorganisaatiot ovat mukana useissa verkostoissa ja sidosryhmissä, joissa ohjelman teemoja on tuotu esiin.

Hyvinvointialue: kuntien hyvinvointikoordinaattorit, hyvinvointialueiden kestävän kehityksen verkosto, vastuullisuusverkosto, ympäristöverkosto, ilmasto-työryhmä, ympäristökumppanit, ekotukiverkosto sekä Planetary Health Alliance Europe.

Lahden yliopistokampus: dekaanikeskustelut HY ja LUT, HELSUS, HOH, Helsinki Planetary Health, Planetary Health Alliance Europe, LuontoTerVe –tutkijaverkosto.

Lahden kaupunki: Lahden Luontoaskel terveyteen –ohjelma mallina One Health 4 Cities –hankkeessa, Luontoposiitiivinen elämä -hankkeen verkosto,

ruokateemaiset verkostot, ICLEI Europe (kuntakentän verkosto), 100 kaupunkia Euroopan missiokaupunkeina.

Koulutusta on järjestetty monille ammattiryhmille Lahdessa, kuten Urbaanin viherryttämisen opinto-kokonaisuus (100 osallistujaa), Iloa ruoasta –varhaiskasvatuksen kurssi (HY+), Planetaarisen terveyden kesäkoulu (70-80 osallistujaa, 80 % kansainvälisiä), JunnuYliopiston Myrskyn armoilla -lukiolaiskurssi, Wellamo-opiston kurssit/retket/luennot ohjelman teemoista (yli 10), Kestävän ja ympäristöystävällisen palvelun –koulutuskokonaisuus hyvinvointialueen henkilöstölle ja Planetaarisen terveyden täydennyskoulutuspäivä. HY+ on tarjonnut varhaiskasvatuksen kurssia ravitsemuksesta planetaarisen terveyden teemalla. Lahden kaupunki on myös kehittänyt koulujen ruokaopetusta. Helsingin yliopiston lääketieteellinen tiedekunta on tarjonnut viiden opintopisteen kurssia ‘Johdatus planetaariseen terveyteen’.

Liite 3: Indikaattorit

Hyvinvointialue tuottaa vuosittain 'Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen' vuosiraportin ja kertomuksen nelivuosittain Päijät-Hämeen kuntien tietojen perustalta.

Kansanterveyden indikaattorit

- Lapset: liikkuminen, ravitseminen, luonto (Kouluterveyskysely)
- Aikuiset: Astma, diabetes (tyypit I ja II), ylipaino ja masennus (Sotkanet)
- Aikuiset: Sairauspoissaolot (KELA)
- Aikuisten elintavat (Terve Suomi)

Luontokontakti/luonnon monimuotoisuus indikaattorit

- Luonnonsuojelualueen pinta-ala, Viheralueiden määrät, Viheralueiden kytkeytyneisyys, Vieraslajit (Lahden kaupunki)
- Psykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus (%) hyvinvointialueittain vuonna (THL)

Liikkumisen indikaattorit

- Aikuiset: Kulutapajakauma
- Yläastenuoret (Move-tutkimus)
- CO₂- päästöt/liikenne
- Liikuntapaikkarakentaminen: Latu km, pyörätie km (Lahden kaupunki)
- Pyörän käyttömahdollisuus % lapsista; Kaupunkipyörien käyttö % km; Kävijälaskurit/kävely/pyörälaskurit
- Kunto-, työmatka-, työn fyysisen rasituksen ja terveysliikuntasuosituksen mukaisesti; Liikuntamuodoin ja vapaa-ajan liikuntaa (FinTerveys)
- Terveysliikuntasuosituksen saavuttaminen eri ikäryhmissä ja sukupuolittain (FinTerveys)

Ravitsemuksen indikaattorit

- Kasviksia, marjoja ja hedelmiä syövät suosituksen mukaan (FinRuoka)
- Punaisen ja prosessoidun lihan käyttö (FinRuoka)
- Juomien kulutus (FinRuoka)
- Ylipainoisten (ml. lihavien) poikien ja tyttöjen osuudet ikäryhmittäin (FinRuoka)

Ilmastomuutoksen hillintään ja muutokseen sopeutumisen indikaattorit

- Päijät-Hämeen tuotantoperusteiset hiilidioksidipäästöt vähenevät 80 % (SYKE)
- Kotitalouksien kulutusperusteiset hiilidioksidipäästöt vähenevät (SYKE)
- Lahdessa hiilineutraalisuus saavutetaan lähivuosina (Lahti)

Terveys- ja ympäristötoimijoiden yhteistyö mm. koulutuksessa, tutkimuksessa ja viestinnässä

- Planetaarista terveyttä käsitteleviä koulutuskokonaisuuksia alkaa mm. LUT-yliopiston, Helsingin yliopiston ja LAB-ammattikorkeakoulun yhteistyönä (Lahden yliopistokampus)
- Tieteenalojen väliset yhteistyön rakenteet ja mekanismit toimivat, ja ohjelman teeman ympärille syntyy tutkijaverkosto (Lahden yliopistokampus)

Lahti

URBACT



Co-funded by
the European Union
Interreg