

# EUROOPAN LIIKKUJAN VIKKO

16.-22. SYYSKUUTA

EUROOPAN LIIKKUJAN VIKKO  
VARHAISKASVATUKSESSA JA  
OPPILAITOKSISSA -OPAS



#mobilityweek #liikkujanviikko #autonvapaapäivä



## MIKÄ ON EUROOPAN LIKKUJAN VIIKKO?

Liikkujan viikko on kampanja, joka kannustaa ihmisiä miettimään liikennettä ja omaa liikkumistaan. Liikkujan viikolla nostetaan esiin sitä, miten oma päivittäinen liikkuminen vaikuttaa terveyteen, luontoon ja muuhun ympäristöön. Liikkujan viikkoa vietetään vuosittain 16.–22.9. Liikkujan viikolla on myös vakiintunut teemapäivä, Auton vapaapäivä 22.9.

Viikon aikana kaupungit, kunnat, järjestöt, työpaikat ja muut toimijat, kuten koulut, järjestävät tapahtumia ja tempauksia sekä tekevät pysyviä toimenpiteitä fiksumman liikkumisen puolesta.

**Vuonna 2017 Euroopan  
liikkujan viikkoa  
vietti 28 suomalaista  
kuntaa ja kaupunkia.  
Maailmanlaajuisesti  
viettäjiä oli yli 2 500.**

### LASTEN JA NUORTEN ARKILIIKKUMINEN

Moni koululainen liikkuu liian vähän koulu- ja vapaa-ajanmatkoilla. Lisäämällä aktiivista liikkumista koulumatkoilla lapset ja nuoret voivat saada enemmän liikuntaa ja pienentää samalla hiilijalanjälkeään. Koulumatkojen vaikutukset heijastuvat myös koulun ja asuinalueiden olosuhteisiin. Liikuttaessa koulumatkat kestävästi, esimerkiksi kävelen, pyöräillen tai joukkoliikenteellä, vähenee autojen määrä ja samalla koulun ja asuinalueiden lähistöistä tulee turvallisempia liikkua.



### Vain kolmasosa lapsista ja nuorista liikkuu suosituksen mukaisesti, eli vähintään tunnin päivässä.

Kestävät liikennemuodot vähentävät myös epäterveellisiä lähipäästöjä koulujen ja kotien läheisyydessä. Kävelyn ja pyöräilyn lisäksi myös joukkoliikennettä käyttävät oppilaat liikkuvat enemmän. Joukkoliikennettä käyttävä oppilas ottaa vuorokaudessa askelia noin 2 000 enemmän kuin auton kyydissä koulumatkat taittava. Kävelen tai pyörällä taitetut koulumatkat tekevät myös lähiympäristöä tutuksi ja kannustavat lapsia itsenäiseen liikkumiseen ja liikunnalliseen elämäntapaan.

Alle kilometrin mittaisista koulumatkoista valtaosa (90 %) tehdään kävelen tai pyörällä, mutta niiden osuus tippuu 1–3 kilometrin matkalla 78 %:iin ja 3–5 kilometrin matkalla 45 %:iin. Matkan pituuden lisäksi esimerkiksi ikä ja vuodenaajat vaikuttavat merkittävästi siihen, miten kouluun kuljetaan. Talvisin koulumatkat aktiivisesti liikkuvien määrä on neljännes vähemmän kuin sulan maan aikaan. Myös koulujen ja alueiden väliset erot liikkumisessa ovat suuria, mutta kou-

luilla on mahdollisuus vaikuttaa siihen millä ja miten kouluun saavutaan. Yksi hyvä tapa vaikuttaa koulumatkoihin on koulujen ohjeet ja säännöt koulumatkoille, sekä hyvä ja turvallinen pyöräpysäköinti. Myös autojen saattoliikenteen sijainti ja turvallisuus kannattaa huomioida. Kouluympäristössä kohdatavat saattoliikenteen, jalankulun ja pyöräilyn ohella myös monet muut liikkujat ja liikennemuodot kuten koulun henkilökunnan liikenne, koulukuljetukset ja huoltoliikenne.

### TIETO LIIKENTEEN VAIKUTUKSISTA YMPÄRISTÖÖN

Yli puolet Euroopan unionin alueella syntyvistä ilmansaasteista aiheutuu liikenteestä. Jopa kaksi miljoonaa suomalaista kärsii ajoittain pienhiukkasten ja muiden ilmassa leijuvien epäpuhtauksien aiheuttamista hengitystieoireista. Autoliikenteen päästöt ovat erityisen haitallisia, koska ne pääsevät ilmaan hengityskorkeudella. Erityisen ongelmallisia pienhiukkaset ovat lapsille, vanhuksille ja astmaatikoille. Lisäksi typen oksidit happamoittavat maaperää ja vesistöjä ja rehevöittävät vesistöjä. Pakokaasut sisältävät myös muun muassa häkää, hiilivetyjä, rikkidioksidia ja erilaisia hiukkasia.





Maailmanlaajuisesti liikenteen päästöjen pahin vaikutus on ilmastonmuutos. Suomessa liikenne tuottaa noin viidenneksen ilmastomuutokseen vaikuttavista kasvihuonekaasuista. Yleensä eri kasvihuonekaasujen osuudet muutetaan laskennallisesti siten, että puhutaan pelkistä hiilidioksidipäästöistä (lyhenne CO<sub>2</sub>-ekv. tai CO<sub>2</sub>e.) Suomessa liikenteen hiilidioksidipäästöt olivat vuonna 2016 noin 12,3 miljoonaa tonnia, josta tieliikenteen osuus oli 11,2 milj. tonnia (93,8 %).

Tieliikenteen lisäksi erityisesti lentoliikenteestä aiheutuu kasvihuonekaasupäästöjä. Kokonaisuutena lentoliikenteen hiilidioksidipäästöt ovat noin 3 % kaikista ihmisten tuottamista hiilidioksidipäästöistä. Kaikista liikenteen päästöistä niiden osuus on noin 13 %.

Ilmansaasteiden ja kasvihuonekaasujen lisäksi liikenne aiheuttaa melua, joka vaikuttaa sekä ihmisiin että eläimiin. Liikennemelun desibelimittaukset vaihtelevat melun lähteessä riippuen, mutta esimerkiksi tieliikenne voi aiheuttaa 70-90 dB:n melun. Yli 55 dB:n melutaso on todettu aiheuttavan stressiä, unettomuutta, verenpaineen nousua, väsymistä, ärtyneisyyttä ja vaikeuksia oppimisessa. Meluhaitat vähenevät nopeasti melun lähteestä etäännyttäessä ja

## Joka viides suomalainen kärsii liikennemelusta.

niihin voidaan vaikuttaa myös hyvällä melusuunnittelulla.

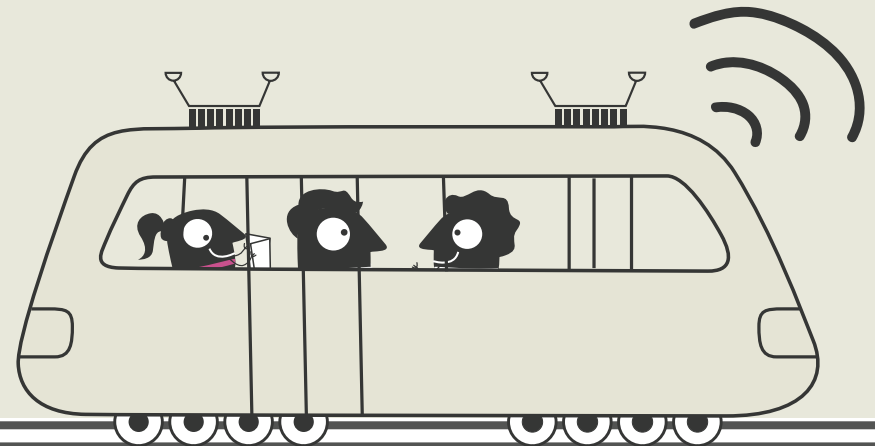
Suomen liikenteessä kuolee vuosittain satoja ja loukkaantuu tuhansia ihmisiä. Ilman epäpuhtauksien vuoksi kuolee vuosittain 1 300–1 800 suomalaista ennenaikaisesti. Liikenne vaikuttaa myös eläimiin. Tiehallinto on aikoinaan arvioinut, että lintuja kuolee Suomen liikenteessä vuosittain 4,3 miljoonaa, nisäkkäitä ja sammakoita molempia yli miljoona ja matelijoita noin 0,2 miljoonaa. Selkärangattomien määriä ei ole edes arvioitu.

Liikenne vaikuttaa myös maankäyttöön, sillä liikenteen tarpeisiin tarvitaan runsaasti tilaa. Liikenteeseen käytetty maa on pois muusta käytöstä ja usein tiet katkaisevat eläinten kulkuyhteydet metsissä



## IDEOITA LIIKKUJAN VIKON TOTEUTUKSEEN

Liikkujan viikko mahdollistaa monenlaisten tapahtumien, tempausten ja toimien toteuttamisen huomioiden erilaiset kestävästi liikuttamisen muodot. Näiden avulla saadaan lapset ja nuoret liikkumaan aktiivisesti ja kestävästi sekä herätellään heidän kiinnostusta terveyteen, ympäristöön ja turvallisuuteen. Ilmastonmuutoksen selättäminen on meidän kaikkien juttu. Perustietoa liikenteestä ja sen eri vaikutuksista on saatavilla monipuolisesti. Oppitunneille ja koulupäiviin on erilaisia ohjeita ja tietopaketteja.



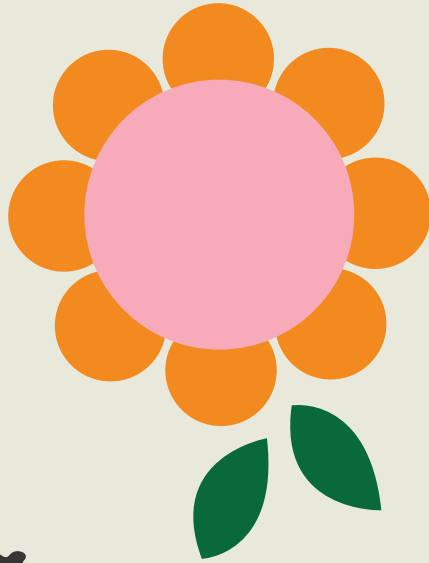
## TÄSSÄ MUUTAMA IDEA ESIMERKIKSI LIIKKUJAN VIIKOLLE SOPIVISTA TEMPPAUKSISTA.

### KUKKIVAT KADUT

#### Mitä tällä tapahtumalla tavoitellaan?

Kadut eivät ole ainoastaan liikennettä varten. Ne ovat myös meidän kaikkien elintilaa, ja lastemme koulutie. Jotta saisimme tälle lisää huomiota, toivomme, että Liikkujan viikon aikana katuja verhoitaisiin kukkia, niittyjä, puita, eläimiä ja vesilampia esittäville maalauksilla harmaan asfaltin sijaan.

Parhaat maalaukset voidaan palkita.



### A. JÄRJESTÄMINEN

#### 1. Selvennä peruskysymykset:

- Milloin ja missä katujen maalaustapahtuma pidetään Liikkujan viikolla?
- Onko korvaava päivä mietittynä, jos huono sää yllättää?
- Kuinka laaja maalattava katualue on?
- Mitä maaleja ja tarvikkeita käytetään?
- Onko katumaalauksen lisäksi muita tapahtumia (musiikkia, picnic, jne.)?

#### 2. Ota yhteyttä omaan

##### **kuntaasi ja ilmoita katumaalaustapahtumasta.**

Kysy samalla, aitaako kunta katualueen. Jotta vältetään maaluksista aiheutuvat katupinnan pito-ongelmat, maalata saa vain sellaisia katuja, joilla on nopeusrajoitus 30 km/h.

### B. ILMOITUKSET JA TIEDOTTAMINEN

#### 1. Tiedota katumaalaus- tapahtumasta:

- Osoitteesta [www.liikkujanviikko.fi](http://www.liikkujanviikko.fi) voi tulostaa A2-, A3- ja A4-kokoisia Liikkujan viikko -julisteita.
- Julkaise tietoa katumaalaustapahtumasta verkkosivuillanne ja paikallisessa sanomalehdessä.

#### 2. Kutsu paikallinen lehdistö ja aluetelevisiotoimitus paikalle raportoimaan tapahtumista.

Lähetä viestiä myös alueelliseen mediaan.

#### 3. Kerro vanhemmille ja lapsille tapahtuman tavoitteesta.

## C. MAALAUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 1. Katupinnan valmisteleminen

- Katupinnan puhdistaminen (lakaisu tai ruiskupesu)
- Mahdollinen maalattavan pinnan pohjamaalaus edeltävänä päivänä.

### 2. Maalausmateriaalit

- Hanki maalit ja tarvikkeet (+ mahdolliset suojavaatteet)
- Käytettävän maalin laatu kannattaa valita maalipinnan toivotun pysyvyyden mukaan.

### LYHYTKESTOINEN MAALI

**Liitu:** Jos katumaalauksen on tarkoitus hävitä mahdollisimman pian, kannattaa käyttää katuliituja. Tapahtuman jälkeen värit voidaan poistaa vettä ruiskuttamalla tai antaa seuraavan sateen huuhtoa ne pois. Värien peittävyys on heikko ja liidut soveltuvat käytettäväksi vain pienillä alueilla.

**Sormivärit:** Sormivärejä suositellaan pienille alueille ja etenkin pienten lasten käyttöön. Sormivärit on helppo pestä pois, ja niiden turvallisuus lapsille on myös testattu.

**Temperavärit:** Temperaväreillä voidaan maalata laajempiakin alueita. Niiden väripigmenteillä (nestemäisiä tai jauhemaisia) voidaan sekoittaa eri värejä. Värit ovat vesiliukoisia, joten ne on helppo pestä pois. Sadevesi voi aiheuttaa raidoitumista ja värjätä viemäriverettä.

### PITKÄKESTOINEN MAALI

**Emulsiomaalit:** Suuremmille maalattaville alueille suositellaan emulsiomaaleja. Käytettävän emulsiomaalin tulisi olla vesiliukoista, eikä se saisi sisältää liuotteita (ks. Ympäristömerkki). Maalipinnan kestävyys vaihtelee laimentamiseen käytetyn vesimäärän mukaan. Maaleista voi valmistaa monia eri värejä laimentamalla tiivistetyimmässä muodossa olevaa maalia.

## D. MUISTA OTTAA VALOKUVIA

Hae inspiraatiota Flickr-palvelusta: [www.bit.ly/flickrbloomingstreets](http://www.bit.ly/flickrbloomingstreets)  
Älä unohda ottaa ”ennen ja jälkeen -valokuvia”. Lähetä kuvia myös osoitteeseen [liikkujanviikko@motiva.fi](mailto:liikkujanviikko@motiva.fi).

## E. KUVAKILPAILUN JÄRJESTÄMINEN

Kunta, kaupunki tai muu toimija voi järjestää alueellisen Kukkivat kadut -kilpailun, jossa palkitaan hienoin katumaalaus.

Oman kuntasi Liikkujan viikko -yhteyshenkilöä voit tiedustella sähköpostilla osoitteesta [liikkujanviikko@motiva.fi](mailto:liikkujanviikko@motiva.fi).

Kukkivat kadut (Blooming Streets) -konsepti Klimabündnis Österreich GmbH, [www.klimabuendnis.at](http://www.klimabuendnis.at)

### Kiinnitä maalatessa huomiota seuraaviin seikkoihin:

- Älä maalaa olemassa olevien tiemerkkien päälle
- Jos maalaat pitkään pysyvällä maalilla, älä maalaa tiemerkkien näköisiä kuvioita
- Maali vähentää kadun pinnan pitävyyttä, joten maalaa vain katuosuuksia, joiden nopeusrajoitus on 30 km/h!



## LIHASVOIMIN LIIKKEELLE

### Mitä tällä tapahtumalla tavoitellaan?

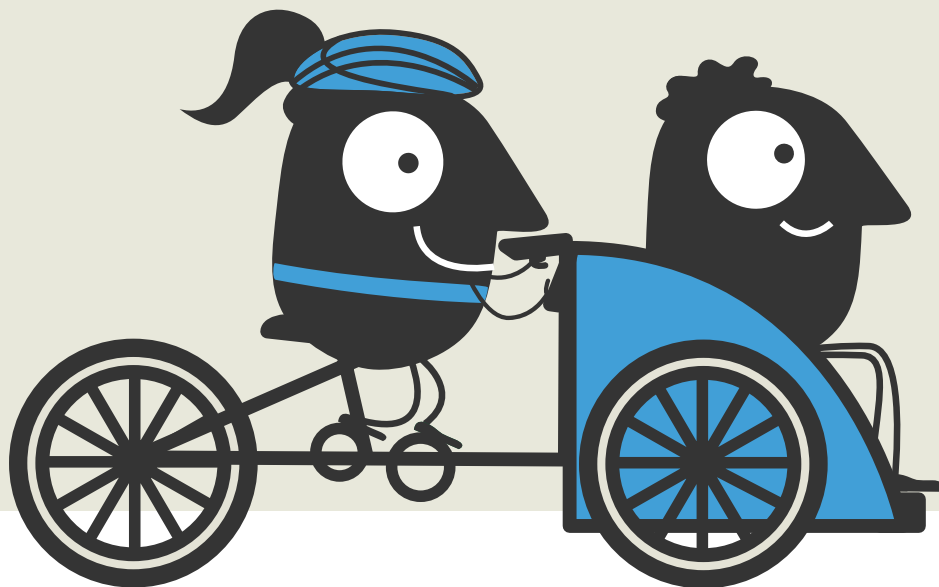
Lapset ja nuoret liikkuvat liian vähän. Tapahtuman avulla yritetään saada lisää aktiivisia minutteja päivään sekä tietenkin lisätä liikenneturvallisuutta ja vähentää päästöjä.



## A. JÄRJESTÄMINEN

Lähetä koteihin tietoa tapahtumasta ja kehoite liikkua tapahtumapäivänä kävellen tai pyörällä päiväkotiin/kouluun. Tietoa lasten ja nuorten arkiliikkumisesta saat muun muassa osoitteesta: [www.bit.ly/lastenjanuortenarkiliikunta](http://www.bit.ly/lastenjanuortenarkiliikunta).

Samalla päivälle voi järjestää aiheeseen liittyvää ohjelmaa, kuten katuajo-koulutusta, pyöränhuoltoa tai infoiskun liikenneturvallisuudesta tai -säännöistä. Alueesi mahdollisia yhteistyökumppaneita voi tiedustella sähköpostilla osoitteesta [liikkujanviikko@motiva.fi](mailto:liikkujanviikko@motiva.fi).



## B. ILMOITUKSET JA TIEDOTTAMINEN

Käy tulostamassa valmiita julisteita osoitteesta [www.liikkujanviikko.fi](http://www.liikkujanviikko.fi).

### Lisää erilaisia vinkkejä löydät myös:

Liikenneturvan Opettaja-aineisto: [www.liikenneturva.fi/fi/opettajille/toteutusvinkkejä-varhaiskasvatukseen](http://www.liikenneturva.fi/fi/opettajille/toteutusvinkkejä-varhaiskasvatukseen)

Active learning -aineisto: [www.motiva.fi/activelearning](http://www.motiva.fi/activelearning)

Pyöräliiton pyöräilykasvatusmateriaalit: [www.pyoraliitto.fi/toiminta/pyorailykasvatus/pyorailykasvatuksen-opaat](http://www.pyoraliitto.fi/toiminta/pyorailykasvatus/pyorailykasvatuksen-opaat)

WWF:n ovensuukysely koulumatkoista: [www.bit.ly/WWFovensuukyselykoulumatkat](http://www.bit.ly/WWFovensuukyselykoulumatkat)

Pyöräilykuntien verkoston Koulun oma Kilometrikisa: [www.kilometrikisa.fi/rules/](http://www.kilometrikisa.fi/rules/)

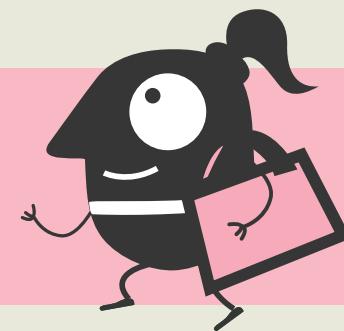
Ylen Pyöräilijä testaa osaatko liikennesäännöt: [www.yle.fi/uutiset/3-6688871](http://www.yle.fi/uutiset/3-6688871)

Syklin vuorovaikutusta kaupunkisuunnitteluun, oppimista ja osallisuutta kouluun: [www.kaupunkipeli.fi/videt/](http://www.kaupunkipeli.fi/videt/)

Open ilmasto -opas kuvaa ilmastonmuutos-ilmion jokaisen koulussa opetettavan oppiaineen näkökulmasta: [www.openilmasto-opas.fi](http://www.openilmasto-opas.fi)

Koulujen toimivat saattoliikennejärjestelyt ja aktiivisen liikkumisen lisääminen koulumatkoilla -opinnäytetyö: [www.bit.ly/opinnaytetyyosaattoliikke](http://www.bit.ly/opinnaytetyyosaattoliikke)

Muistathan ilmoittaa tapahtumasi myös Liikkujan viikon tapahtumakalenteriin, osoitteessa: [www.liikkujanviikko.fi/tapahtumat](http://www.liikkujanviikko.fi/tapahtumat). Voit myös ilmoittaa tapahtumasi kansainväliseen Mobility action-tietopankkiin ja näin jaat tietoa tapahtumastasi ympäri Eurooppaa.



**Lisätietoja kampanjasta:**

**Motiva Oy**

Helena Suomela, [helena.suomela@motiva.fi](mailto:helena.suomela@motiva.fi), puh. 040 724 6437

Sini Marttinen, [sini.marttinen@motiva.fi](mailto:sini.marttinen@motiva.fi), puh. 050 549 8798

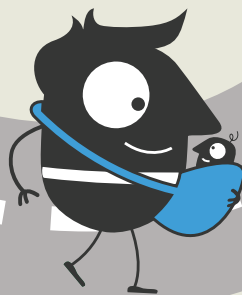
[www.liikkujanviikko.fi](http://www.liikkujanviikko.fi) | [www.mobilityweek.eu](http://www.mobilityweek.eu)

Facebook: [www.facebook.com/liikkujanviikko](https://www.facebook.com/liikkujanviikko)

Twitter: [www.twitter.com/kuljeviisaasti](https://www.twitter.com/kuljeviisaasti)

Instagram: [www.instagram.com/kuljeviisaasti/](https://www.instagram.com/kuljeviisaasti/)

**#liikkujanviikko #mobilityweek**



**#mobilityweek #liikkujanviikko #autonvapaapäivä**

