

Ideoita kestävyyden edistämiseen selkäyhdistyksissä

2024

Selkäliitto



Kestävyys ja selkäyhdistykset

Kestävä kehitys on yhteiskunnallista muutosta, jonka päämääränä on turvata nykyisille ja tuleville sukupolville hyvät elämisen mahdollisuudet. Kestävyyden huomiointi on välttämätöntä, jotta voimme taata ympäristön, talouden ja yhteiskunnan elinkelpoisuuden pitkällä aikavälillä. Kestävyyden edistämisessä tarvitaan monien eri toimijoiden yhteistyötä. Myös selkäyhdistykset voivat omalla toiminnallaan tukea kestävän kehityksen tavoitteiden saavuttamista ja luoda positiivista muutosta yhteiskunnassa.

Tässä esitetyt ideat ovat suunniteltu antamaan vinkkejä siihen, miten selkäyhdistykset voivat edistää kestävyyttä toiminnassaan. Dokumentissa esitellään lyhyesti kestävyyden periaatteita ja tavoitteita sekä tarjotaan konkreettisia ideoita kestävyyden huomioimiseksi yhdistyksen toiminnassa. Ideoista voi poimia oman yhdistyksen tilanteeseen sopivia tapoja lähteä liikkeelle kestävyyden edistämisessä tai kehittää jo aloitettua toimintaa. Ideoiden koostamisessa on hyödynnetty Selkäliiton kehittämispäivillä 2024 jaettuja hyviä käytäntöjä eri selkäyhdistyksissä.

Vaikutusten arviointi



Kestävyydessä keskeistä on pitkän aikavälin vaikutusten huomiointi paikallisella ja globaalilla tasolla. Vaikutusten arvioinnissa tarkastellaan jalanjälkeä eli toiminnan aiheuttamaa haittaa (kuten päästöjä), jota pyritään pienentämään. Olennaista on myös arvioida kädenjälkeä eli aikaansaatuja positiivisia vaikutuksia (kuten hyvinvoinnin kasvua).



Kestävyyden ajatellaan muodostuvan ekologisesta, taloudellisesta, sosiaalisesta ja kulttuurisesta ulottuvuudesta. Päätöksenteossa ja toiminnassa nämä eri ulottuvuudet tulisi ottaa tasapuolisesti huomioon.

Selkäliiton strategiassa 2024-2026 on uutena arvona
Kestävä kehitys.
Toimimme kestävän kehityksen periaatteita noudattaen ja kannustamme selkäyhdistyksiä kestävän kehityksen mukaisiin toimiin.



Kestävyyden ulottuvuudet

Ekologinen

Ekologinen kestävyys edellyttää ihmisen toiminnan sopeuttamista luonnon ja ympäristön uusiutumis- ja kestokykyyn. Ekologisen kestävyyden tavoitteena on säilyttää kasvi- ja eläinlajien monimuotoisuus ja ekosysteemien toimivuus sekä käyttää luonnonvaroja kestävästi.
Toimenpiteitä ilmastonmuutoksen, luontokadon ja saastumisen estämiseksi.



Taloudellinen

Taloudellisesti kestävä kehitys ei perustu esimerkiksi luonnonvarojen hävittämiseen, eriarvoistumisen kasvuun tai hallitsemattomaan velkaantumiseen. Taloudellinen kestävyys helpottaa kohtaamaan haasteita, kuten kasvavia sosiaaliturva- ja terveysmenoja.
Toimia ympäristövaikutusten ja sosiaalisten vaikutusten huomioimiseksi.

Sosiaalinen ja kulttuurinen

Sosiaaliselle ja kulttuuriselle kestävyydelle keskeistä on yhteiskunnallinen oikeudenmukaisuus ja osallisuus. Haasteena ovat esimerkiksi eriarvoisuus ja terveyserot ryhmien ja alueiden välillä.
Toimenpiteitä yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistämiseksi, köyhyyden vähentämiseksi ja perusoikeuksien toteutumiseksi, itseilmaisun ja osallistumisen sekä terveyden ja hyvinvoinnin varmistamiseksi.

Agenda 2030 ja kestävän kehityksen tavoitteet

Maailman kaikkien maiden kestävän kehityksen työtä ohjaa vuonna 2015 YK:ssa sovittu kestävän kehityksen globaali toimintaohjelma, Agenda2030. Toimintaohjelma sisältää 17 tavoitetta, jotka maiden tulisi yhdessä saavuttaa vuoteen 2030 mennessä.

Tavoitteisiin kuuluu muun muassa: taata terveellinen elämä ja hyvinvointi kaiken ikäisille, vähentää eriarvoisuutta maiden sisällä ja niiden välillä, varmistaa kulutus- ja tuotantotapojen kestävyys ja edistää kaikkia koskevaa kestävää talouskasvua.

Suomessa kansallisten toimien edistämiseksi on laadittu Yhteiskuntasitoumus 2050. Myös kansalaisyhteiskunnan toimijoilla on tärkeä rooli kestävän kehityksen tavoitteiden edistämisessä.



Suomi ja kestävä kehitys

Vuonna 2024 Suomen ylikulutuspäivä oli 12.4.2024. Tuona päivänä suomalaiset olivat kuluttaneet laskennallisen osansa koko vuoden luonnonvaroista. Suomalaiset kuuluvat luonnonvaroja eniten kuluttaviin kansoihin. Maailmanlaajuinen ylikulutuspäivä on viimevuosina sijoittunut elokuulle, vuonna 2023 se oli 2.8.2023.

Suomessa sosioekonomisten ryhmien väliset terveyserot ovat jyrkemmät kuin monissa muissa länsimaissa. Koko väestön terveys on tärkeää kestävyyden ja yhteiskunnan toiminnan kannalta.

Yhdistyksen hiilijalanjälkeä voi selvittää Helsingin yliopiston Hiilifiksu järjestö hiilijalanjälkilaskurilla. Laskuria voi käyttää myös vain soveltuvin osin.

Tutustu myös STEAn ilmastonmuutoksen hillitsemisen ja kestävän kehityksen suosituksiin.



Ideoita yhdistysten kestävyyteen

Seuraavilla sivuilla olevien kysymysten pohjalta voitte pohtia, miten omassa yhdistyksessänne voitaisiin toimia kestävyyden edistämiseksi. Voitte valita alkuun muutamia keskeisiä teemoja, joihin keskitytte. Myöhemmin voitte kehittää ja lisätä toimia.

Yhdistys voi sitoutua tukemaan toiminnan kannalta keskeisiä kestävän kehityksen tavoitteita. Toiminnalla voidaan pyrkiä edistämään sosiaalista kestävyyttä. Lisäksi voidaan haluta vähentää toiminnan ilmasto- ja ympäristökuormitusta.

Alla olevat kysymykset voivat auttaa valitsemaan valittuihin tavoitteisiin oman yhdistyksen kannalta keskeisimmät toimet. Valitut tavoitteet ja toimet kannattaa kirjata ylös, jolloin niiden toteutumista on helpompi seurata.

Kannattaa myös miettiä keillä on vastuu tavoitteiden toteutumisessa ja miten seuranta toteutetaan.



Yhdenver-taisuus ja osallisuus

☐	Voisimmeko edistää vielä vaikuttavammin selkäoireita kokevien fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia, toimintakyvyn ylläpitämistä?
☐	Miten voisimme tukea toiminnasta kiinnostuneiden yhdenvertaista mahdollisuutta osallistua, tulla kuulluksi ja vaikuttaa yhdistyksen toimintaan?
☐	Miten otamme uudet jäsenet ja uudet kiinnostuneet vapaaehtoiset vastaan?
☐	Onko meillä käytössä tai haluaisimmeko ottaa käyttöön yhdenvertaisen ja turvallisemman tilan periaatteet?
☐	Kieltäydymmekö hyväksymästä syrjintää, häirintää tai vihapuhetta?
☐	Voimmeko muilla tavoin tukea selkäoireita kokevien osallisuutta?
☐	Teemmekö yhteistyötä hyvinvointialueen, kunnan tai toisten järjestöjen kanssa?
☐	Ovatko tilamme esteettömiä? Ja materiaalit saavutettavia?

Kokoukset, tapahtumat ja toiminta

☐	Olisiko mahdollista järjestää osa toiminnasta ja kokouksista etä- tai hybridimuotoisena?
☐	Huomioimmeko kokous-/tapahtumapaikan saavutettavuuden ympäristöystävällisillä liikkumisvaihtoehdoilla? Tai mahdollisesti jopa lihasvoimin liikkumalla?
☐	Järjestämmekö yhteiskuljetuksia silloin, kun niistä olisi hyötyä?
☐	Tuemmeko kimppakyytien järjestämistä esimerkiksi viestipalvelujen kautta?
☐	Kannustammeko ja tuemmeko, jos mahdollista, ryhmän muodostumista, jossa paikalle voisi saapua porukalla esim. kävellen?
☐	Millaisia tiloja vuokraamme? Hyödynnämmekö yhdistysten yhteiskäyttöisiä tiloja, jos sellaisia on tarjolla ja esimerkiksi koulujen tiloja iltaisin?
☐	Olemmeko pohtineet mahdollisuuksia energian säästämiseen?

Tarjoilut

☐	Olemmeko lisänneet tarjoilujen kasvispainotteisuutta?
☐	Olemmeko tehneet toimia minimoidaksemme hävikin?
☐	Olemmeko vähentäneet kertakäyttöastioiden käyttöä? Onko mahdollista käyttää yhteistilan yhteisiä astioita tai lainata muualta kestoastiat?
☐	Ohjaammeko osallistuja tarvittaessa tuomaan tapahtumaan esim. oman kestomukin, jos yhdistys ei pysty tuomaan astioita tapahtumaan?

Matkat ja siirtymiset

☐	Harkitsemmeko ennen matkustuspäätöstä, onko tapahtumaan tarkoituksenmukaista osallistua paikan päällä?
☐	Hyödynnämmekö etä- ja hybridimallia (kokouksissa, luennoissa, liikuntatoiminnassa ja vertaistuessa) silloin, kun se on tarkoituksenmukaista?
☐	Pyrimmekö valitsemaan matkustaessa ympäristöystävällisen vaihtoehdon?
☐	Kannustammeko liikkumaan mahdollisuuksien mukaan siirtymisiä lihasvoimin?

Materiaalit ja hankinnat

☐	Teemmekö hankintoja harkiten ja kestävän kehityksen huomioiden?
☐	Huomioimmeko hankintojen koko elinkaaren ja esimerkiksi materiaalien kierrätettävyyden?
☐	Hankimmeko mahdollisuuksien mukaan kierrätettyjä tavaroita?
☐	Hyödynnämmekö mahdollisuuksien mukaan yhteiskäyttöä?
☐	Hankimmeko vain harkiten jaettavaa materiaalia?
☐	Olemmeko vähentäneet paperin käyttöä, esim. digitaalisuutta hyödyntäen? (Esimerkiksi jäsenkirjeet ja kokouspaperit ensi sijassa sähköisinä ja vain tarvittaessa paperilla)
☐	Pyrimmekö vähentämään kulutusta ja jätteen muodostumista?
☐	Huomioimmeko tavaroiden valmistusolosuhteet (esim. sertifikaatteja huomioimalla)?

Retket ja luontoyhteys, osallistujien rohkaisu kestävään elämään

☐	Olemmeko tukeneet toimintaan osallistuvien suhdetta luontoon esim. luontoliikkumisen kautta?
☐	Huomioimmeko retkeilykohteissa luonnon kunnioittamisen ja retkeilemmekö luontoa säästäen?
☐	Hyödynnämmekö retkillä paikallisuutta ja lähituotantoa?
☐	Järjestämmekö kokouksia tai tapahtumia luonnossa? Esim. kokoukset laavulla.
☐	Haluaisemmeko järjestää kokkauskurssin, jossa kokeiltaisiin planetaarisen ruokavalion mukaisia reseptejä?

Muita ideoita

☐	
☐	
☐	

Lähteet ja lisälukemista:

Helsingin yliopisto, järjestöjen hiilijalanjälkilaskuri: https://blogs.helsinki.fi/hiilifiksu/laskuri/

Kansalaisareena: https://kansalaisareena.fi/hankkeet/ennakointi/jarjesto-ja-vapaaehtoistoiminta-hyvinvoinnin-eturintamassa/

Kestävän kehityksen digitaalinen oppimateriaali: https://keke.bc.fi/Kestava-kehitys/suomi/osa-alueet/

Sitoumus2050: https://sitoumus2050.fi/koti#/

Sitra: https://www.sitra.fi/julkaisut/vastuullisuuden-tulevaisuus/
https://www.sitra.fi/artikkelit/kysymyksia-ja-vastauksia-uudistetusta-elamantapatestista/

Sivis: https://www.opintokeskussivis.fi/kehita-jarjestoasi/jarjestotoiminnan-kehittaminen/kestava-jarjesto/

Sosiaali- ja terveysministeriö: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/164837

Soste: https://www.soste.fi/jasenjarjestoille/ilmastoystavallinen-jarjestotoiminta/
https://www.soste.fi/oman-toiminnan-paastojen-vahentaminen/

STEA: https://www.stea.fi/tietoa-steasta/ajankohtaiset-koontisivu/blogit/stean-paivitetty-strategia-korostaa-vuorovaikutusta/
https://www.stea.fi/tietoa-steasta/stean-strategia-2/
https://www.stea.fi/avustusten-hakeminen/kestava-kehitys-ja-stea-avustukset/

Suomen YK-liitto: https://www.ykliitto.fi/kestava-kehitys

Ulkoministeriö: https://um.fi/agenda-2030-kestavan-kehityksen-tavoitteet

Valtioneuvoston kanslia, Suomen kestävän kehityksen toimikunta: https://kestavakehitys.fi/kestava-kehitys
https://kestavakehitys.fi/agenda-2030

WWF: https://wwf.fi/uutiset/2024/04/suomen-ylikulutuspaiva-on-tanaan-suomalaiset-yksi-maailman-eniten-kuluttavista-kansoista/
https://wwf.fi/uutiset/2024/06/raportti-suomalainen-luonnonvarojen-kulutus-selvasti-euroopan-maiden-keskiarvoa-korkeampaa/

Yhdistyneet kansakunnat (YK): https://sdgs.un.org/goals



Yhdessä saamme aikaan muutosta.

Selkäliitto

Tietoa ja ohjeita selän itsehoitoon:
Selkäkanava.fi

Lue lisää toiminnastamme:
Selkäliitto.fi

Facebook: Selkäliitto

Facebook: Selkäkanava

X: @Selkaliitto

Instagram: @selkakanava

Youtube: Jumppakissa