



# Liikenneturvan terveisiä Joroisten vanhus- ja vammaisneuvostolle

Tuula Taskinen, Liikenneturva Kuopio



*Välitä, muista – ennakoi.*  
**LIIKENNETURVA**



# Mikä Liikenneturva?

- Edistää tieliikenteen turvallisuutta vaikuttamalla liikennekäyttäytymiseen
- Keinoina viestintä, tutkittu tieto ja liikennekasvatus
- Lakisääteistä toimintaa(278/2003)
- Rahoitus: Liikennevakuutuksista koottu liikenneturvallisuusmaksu ohjataan tieliikenteen turvallisuustyöhön valtion budjetista
- 11 toimipistettä eri puolilla Suomea
- 47 työntekijää ja 100 oto-kouluttajaa
- Kuopion toimipisteessä koulutusohjaaja Erkkä Savolainen ja yhteyspäällikkö Tuula Taskinen
- Alueena Pohjois-Savo ja Pohjois-Karjala

# MALLISTA SE AIKUINENKIN OPPII

Muista se heijastin.

 Välitä, muista – ennakoi.  
LIKENNETURVA

## Liikenneturvan rooli

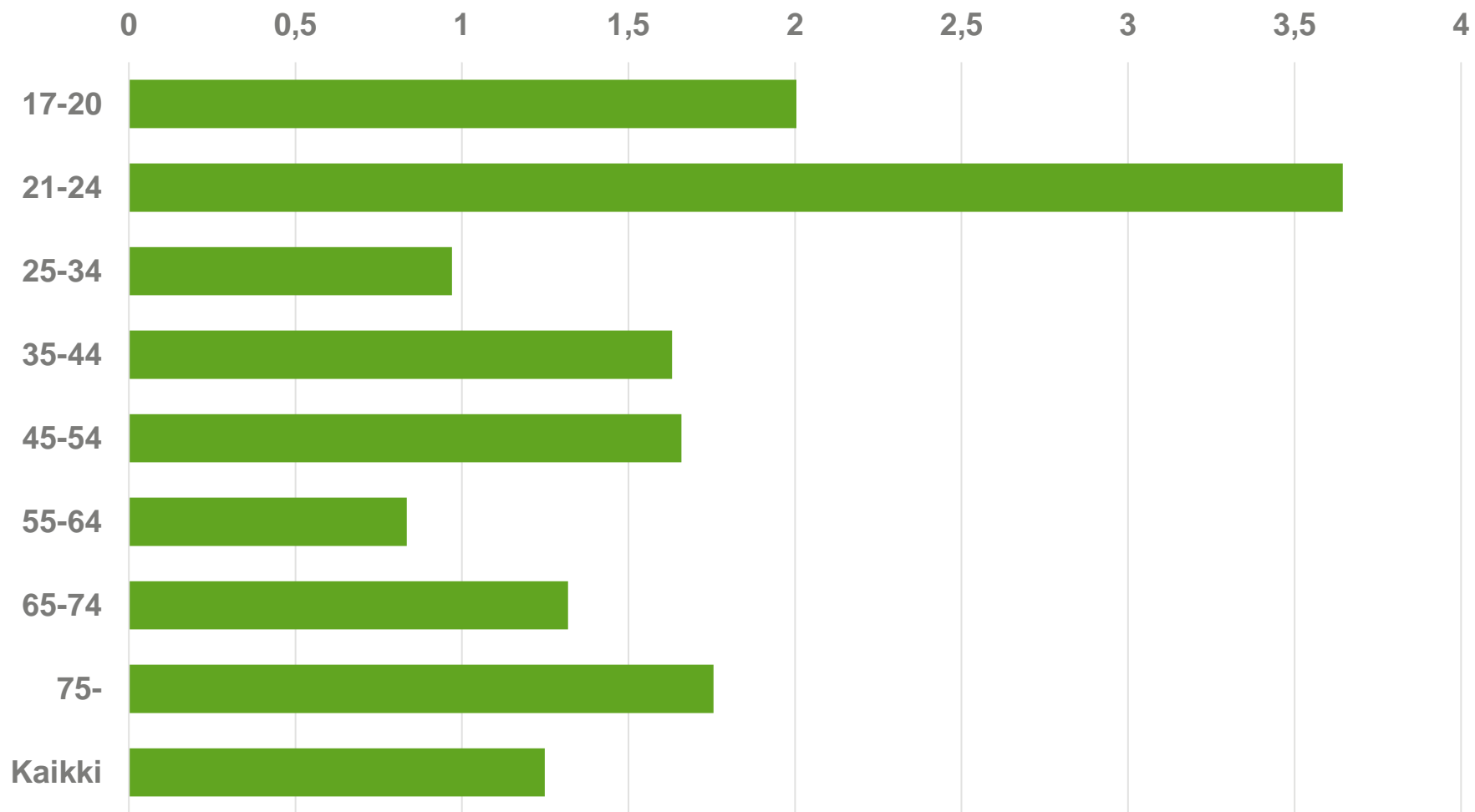
- Yhteistyöllä myönteistä liikennekulttuuria
  - Tavoitteena jatkuva liikenneturvallisuuden paraneminen (nollavisio).
  - Turvallisuus on perusoikeus. Jokaisella on oikeus turvalliseen liikkumiseen tieliikenteessä.



## Nuoruudesta vanhuuteen – yksilölliset erot suuria

- Nuorena ja ikääntyneenä onnettomuusriski on keskimäärin korkeampi.
- Nuorena haasteena on kokemattomuus – ikääntyneenä kehossa tapahtuvat muutokset.
- Onnettomuuksien seuraukset ovat vakavampia iäkkäille ja paraneminen hitaampaa
- Yksilölliset erot ovat suuria.
- Ikä itsessään ei tee terveestä kuljettajasta riskiä liikenteessä tai ajokyvyttöntä.
- Omalla toiminnalla voi vähentää onnettomuusriskiä.

# Kuolleet henkilöauton kuljettajat ikäryhmän 100 000 asukasta kohden vuonna 2024



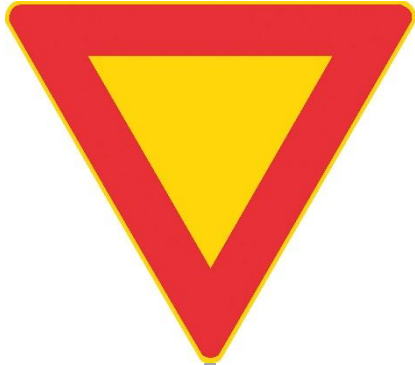
Lähde: Tilastokeskus, vuosi 2024 ennakkotietoja.

# Osuus tieliikenteessä kuolleista ja väestöstä

Ikäryhmä	Osuus jalankulkijoina kuolleista %	Osuus pyöräilijöinä kuolleista %	Osuus henkilöauton kuljettajina kuolleista %	Osuus henkilöauton matkustajina kuolleista %	Osuus väestöstä %
<b>65-</b>	<b>39 %</b>	<b>53 %</b>	<b>27 %</b>	<b>30 %</b>	<b>23 %</b>
65-74	16 %	22 %	10 %	9 %	12 %
75-84	14 %	24 %	11 %	6 %	8 %
85-	9 %	8 %	6 %	15 %	3 %

Lähde :Tilastokeskus, vuodet 2022-2024. Vuosi 2024 ennakkotietoja. Väestötieto 2023

# Ikäautoilijan haasteita ja vahvuuksia



- Reagointi on hitaampaa.
- Virheitä tapahtuu erityisesti monimutkaisissa ja nopeaa toimintaa vaativissa tilanteissa.

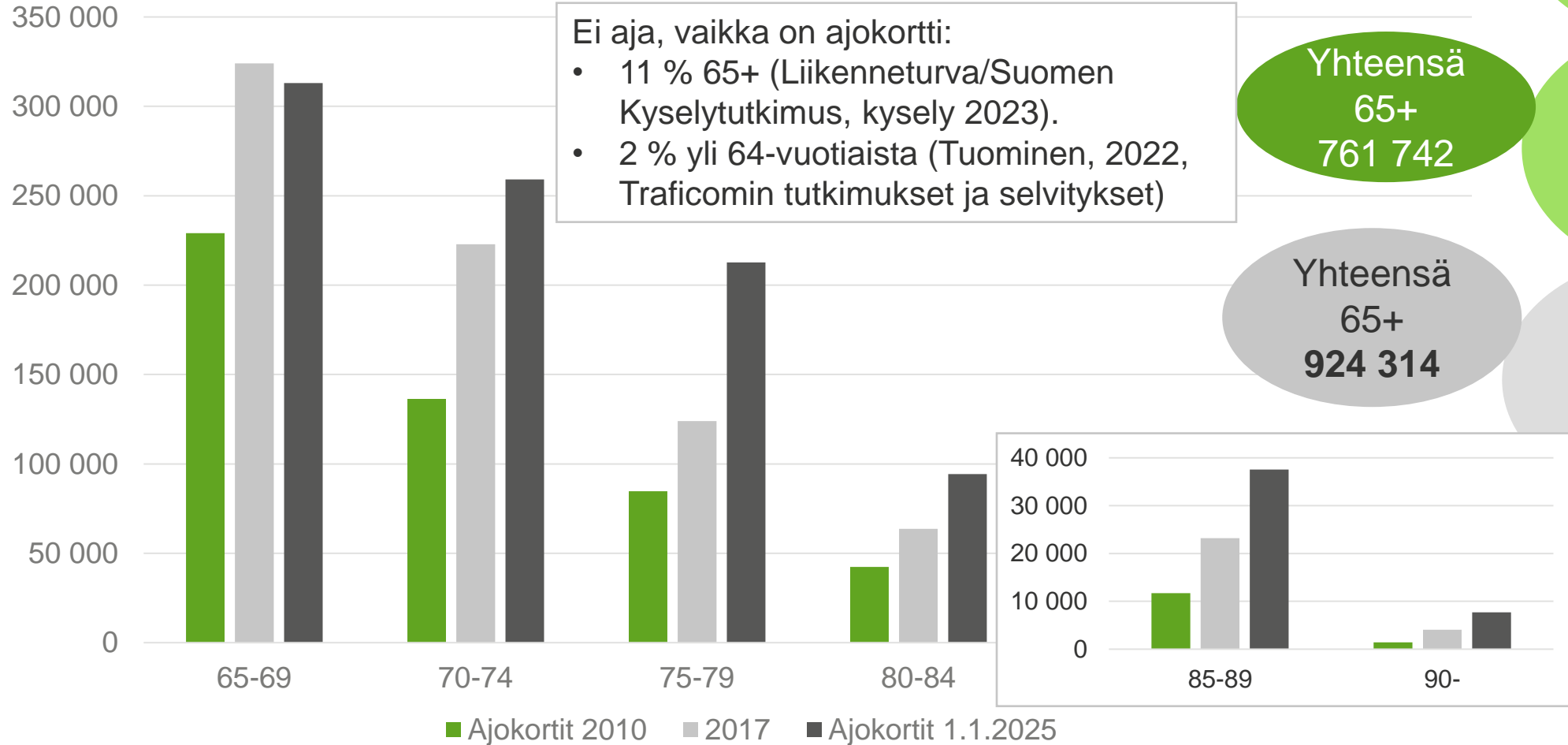


- Ei ota turhia riskejä.
- Osaa välttää huonoja olosuhteita.
- Arvostaa turvallisuutta.

**Toimintakyvyn ylläpito ennaltaehkäisee  
ajokyvyn ongelmia,  
ja toisaalta,  
ajaminen pitää myös yllä toimintakykyä.**



# Ajokortit 65+



**Yhteensä  
65+  
505 767**

**2010  
yhteensä  
kaikki  
3 579 226**

**Yhteensä  
65+  
761 742**

**2017  
yhteensä  
kaikki  
3 723 184**

**Yhteensä  
65+  
924 314**

**1.1.2025  
yhteensä  
kaikki  
3 831 676**

Lähde: Traficom, voimassa olevat ajokortit

# Syyt ajamisen lopettamiseen



Vastaajat, jotka luopumassa tai luopuneet ajokortista N=157

# Kuljettajan ajoonlähtötarkastus

Mikä olosi on?  
Vältä ajamista sairaana  
tai huonovointisena.



Oletko nukkunut riittävästi?  
Lepää tarvittaessa ennen  
lähtöä tai tauota ajoa.

Oletko ottanut ajamiseen  
vaikuttavaa lääkettä?  
Huomioi sen vaikutusaika.



Huolehdi tankkauksesta,  
mutta huomioi, että  
tukeva ateria juuri ennen  
ajoa voi väsyttää.

Jos otat, siirrä ajoa tai  
siirry matkustajaksi.



Taltuta stressi ajatuksistasi. Lähde  
liikkeelle rauhallisin mielin.



[liikenneturva.fi/puhuaajoterveydestä](https://liikenneturva.fi/puhuaajoterveydesta)

**Kaiken ikää kävellen ja pyöräillen**



## 65 vuotta täyttäneet ja kävely

- Kävely on ikääntyneiden mielestä mieluinen, tärkeä ja turvallinen tapa liikkua
- Terveysten ylläpito tärkeä syy kulkea kävellen. (9/10 vastaajasta)
- Lähes puolet välttää kävelyä liukkaalla
- He pitävät tärkeänä sitä, että liikenneympäristössä on penkkejä kävelymatkan varrella, jotta jalkoja voi välillä lepuutella.

Lähde: Liikenneturva 2023, toteuttaja  
Suomen Kyselytutkimus Oy 2023



# Toimintakykyharjoitteet

- Toimintakyvyn muutoksia voi ennaltaehkäistä tai hidastaa harjoittelemalla niiden ylläpitoon liittyviä taitoja.
- Fyysinen harjoittelu ylläpitää koordinaatiota, tasapainoa ja lihasvoimaa.
- Fyysinen harjoittelu voi parantaa myös kykyä tehdä havaintoja liikenteessä.
- Harjoitteita löytyy esimerkiksi [UKK-instituutin](#) ja [Ikäinstituutin](#) nettisivuilta.



## Kuinka moni pyöräilee?

- Noin 1/3 kaikista yli 64-vuotiaista ja
- n. joka viides 75 vuotta täyttäneistä oli pyöräillyt viimeisen 12 kuukauden aikana
- 54 % käyttää kypärää aina.
- 14 % polkee sähköavustuksella.

Lähde: Liikenneturva 2023, toteuttaja Suomen Kyselytutkimus Oy, pyöräilijät yhteensä, n=371





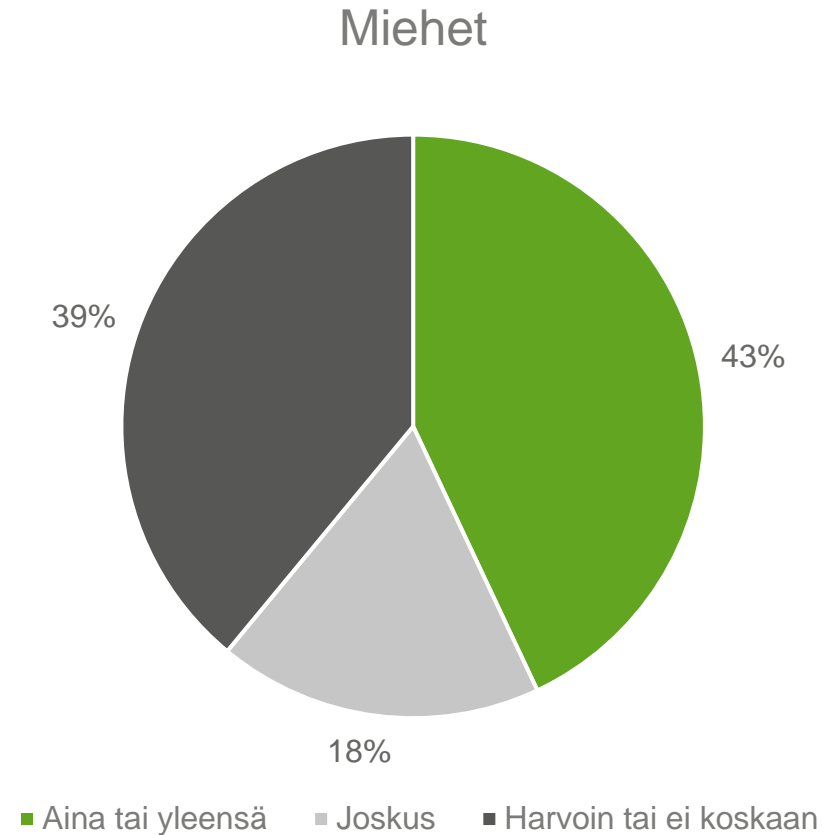
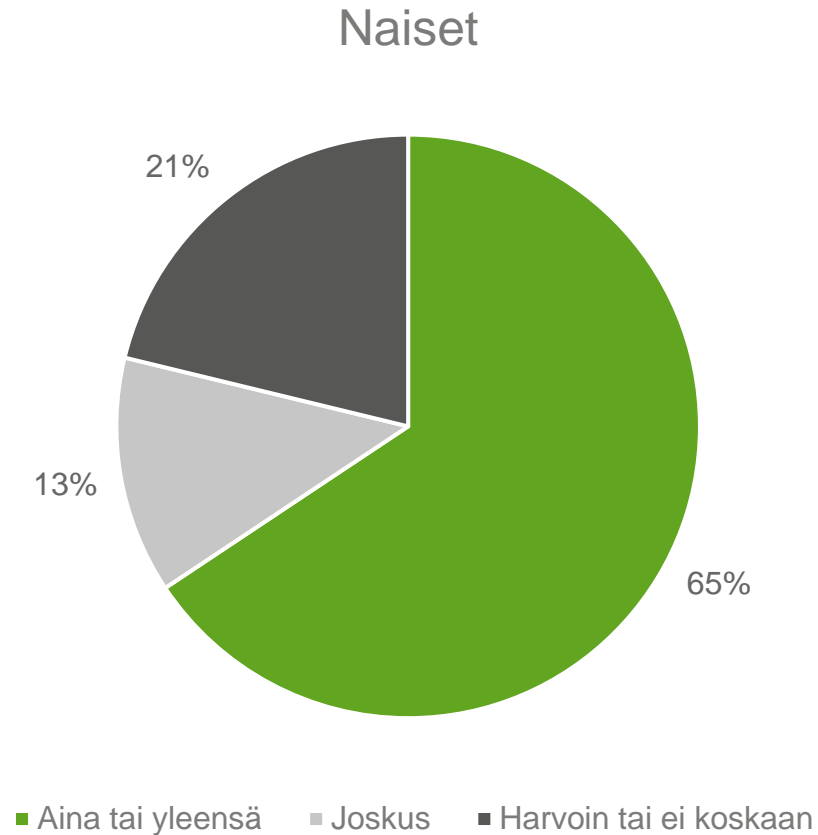
# Minkä ikäiseksi asti voi pyöräillä?

- Terveillä ei yläikärajaa.
- Sairaudet ja lääkkeet voivat lisätä tapaturmavaaraa.
- Lääkäri arvioi pyydettäessä, estääkö sairaus pyöräilyyn.
- Omia tuntemuksiaan kannattaa kuunnella.
- Muista että senioreille on omia polkupyöriään, esim. kolmipyörä.



# Naiset käyttävät liukuesteitä talvella liukkaalla kelillä useammin kuin miehet

Kaikki vastaajat (N=1100)



# Tukipisteiden määrä vaikuttaa tasapainoon. Kävelykepillä, kävelysauvoilla ja rollaattorilla saa lisää tukipisteitä.

## Tukipisteitä



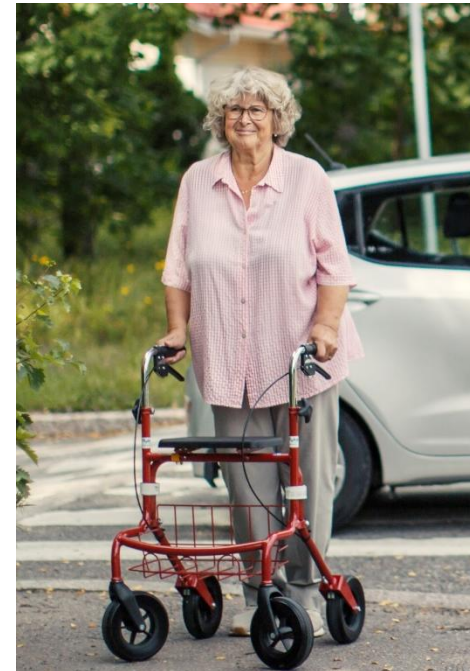
1-2



2-3



3-4



5-6



## Miten edistää turvallista liikkumista omassa yhdistyksessä?

- Tavoitteena on, että yhdistyksissä on liikenneasioista tietoa välittäviä henkilöitä.
- Tukena neljä kertaa vuodessa ilmestyvä liikenneluotsikirje.
- Kirjeen vinkit sellaisia, joiden avulla aihe on sisällytettävissä erilaisiin kohtaamisiin ja tapaamisiin.
- **Ryhdy omassa yhdistyksessäsi nostamaan tätä teemaa esille ja tilaa Liikenneturvan uutiskirjeitä. Sieltä saat vinkkejä muistutteluille!**
- [Liikenneturvan uutiskirjeet - Tilaa sähköpostiisi - Liikenneturva](#)

Tapahtumaidea: rollaattoriratsia – rollaattorit kuntoon ja näkyviksi



## Taustamateriaaleja, tilattavaa ja jaettavaa

- Liikenneturvan [tilastokatsaukset](#).
- [Liikenneturvan selvitys ikääntyneiden turvallisen pyöräilyn edellytyksistä](#)
- [30 km/h](#) turvallisuustoimeksi alueilla, joilla kävellään ja pyöräillään paljon
- Liikenneturvan [Sähköisellä liikkumisvälineellä](#) -opas
- Eriaiheista info-TV-materiaalia Liikenneturvan Flickr-tilillä: [Flickr.com/Liikenneturva](https://www.flickr.com/photos/liikenneturva/)
- Materiaalitulaukset: [liikenneturva.fi/materiaalit](https://liikenneturva.fi/materiaalit)

# Tilaa oppaita jakoon – esim. Ikäkuljettajan itsearviointi



- 15 peruskysymystä ajamisen sujumisesta.
- 12 lisäkysymystä ajokyvyn tutkimistarpeesta.
- Opas paperisena ja verkossa.
- Verkossa osoitteessa: [www.liikenneturva.fi/kuljettaja/itsearviointi](http://www.liikenneturva.fi/kuljettaja/itsearviointi).
- Oppaassa on myös muiden ikäkuljettajien vinkkejä turvallisempaan ajamiseen.



## EAK 65+ kurssit

- Ennakoivan ajamisen koulutukset ikääntyville yhteistyössä kansalaisopistojen kanssa.
- Kurssit ovat osa valtakunnallista liikenneturvallisuusstrategiasta 2022-26 ”Tarjotaan vapaaehtoisia kursseja sekä koulutuksia ikääntyneille ajotaitojen ylläpitämiseksi ja tiedon lisäämiseksi uusista liikennesäännöistä.”

Vastuutahot: **Kunnat, Eläkejärjestöt, Liikenneturva**, Autoliitto, Autokoululiitto ja Liikenteen turvallisuuskouluttajat ry



# Ammattilaisten koulutusta

Räätälöityä koulutusta ammattilaisille:

[Liikenneturva.fi/koulutukset](https://liikenneturva.fi/koulutukset)

## Esimerkkejä

### **Liikenneturvallisuus osana kotihoitoa**

Koulutuksessa käsitellään työntekijöiden omaa liikenneturvallisuutta ja sitä, miten asiakkaiden turvallista liikennekäyttäytymistä voidaan tukea käytännönläheisillä keinoilla.

**Muistetaan liikenneturvallisuusaiheiset tietoiskut ja alustukset osana hyvinvointityötä kunnissa ja hyvinvointialueilla**





# Liukastumisen syyt

Erityisen liukkaat olosuhteet



Kenkävalintani oli keliin sopimaton



Huono tien/alueen kunnossapito



Erityisen liukas alusta



Kiire



Pimeys, huono valaistus



Tarkkaamattomuus



Alkoholi tai muut päihteet



# Yhteenvetona: TOP 4 -lista

1. Kaatumisen ennaltaehkäisy (toimintakykyä ja tasapainoa harjoittelemalla)
2. Riittävä ajokyky (autolla sekä kaikilla kaksi- ja kolmipyöräisillä.)
3. Ennakointi ennen matkaa ja matkan aikana (oma vointi tänään, riittävästi aikaa, välttä ruuhkia, valoisalla, tutut reitit yms., ennakoi myös elämää!)
4. Turva- ja apuvälineet käytössä
  - Kävellessä pitävät pohjat, tukipisteet ja heijastin.
  - Kaksi- ja kolmipyöräisissä kypärä sekä valot ja heijastimet.
  - Autossa turvavyö, toimivat valot ja pitävät renkaat.
  - Auton turvatekniikka tutuksi

# EI MITÄÄN MUTKULJA



**Kiitos**

[Tuula.taskinen@liikenneturva.fi](mailto:Tuula.taskinen@liikenneturva.fi)