

Millaisilla teoilla suomalaiset ovat valmiita pienentämään hiilijalanjälkeään kesällä?

26.6.2025





LUONTOKATO

Mikä mun rooli on kaikessa tässä?

ILMASTOKRIISI

**LUONNONVAROJEN
YLIKULUTUS**

Kansalaisten piilevä potentiaali päästövähennystavoitteiden saavuttamiseksi

Kotitalouksien kulutus
vastaa

66 %

Suomen kulutusperusteista
kasvihuonekaasupäästöistä



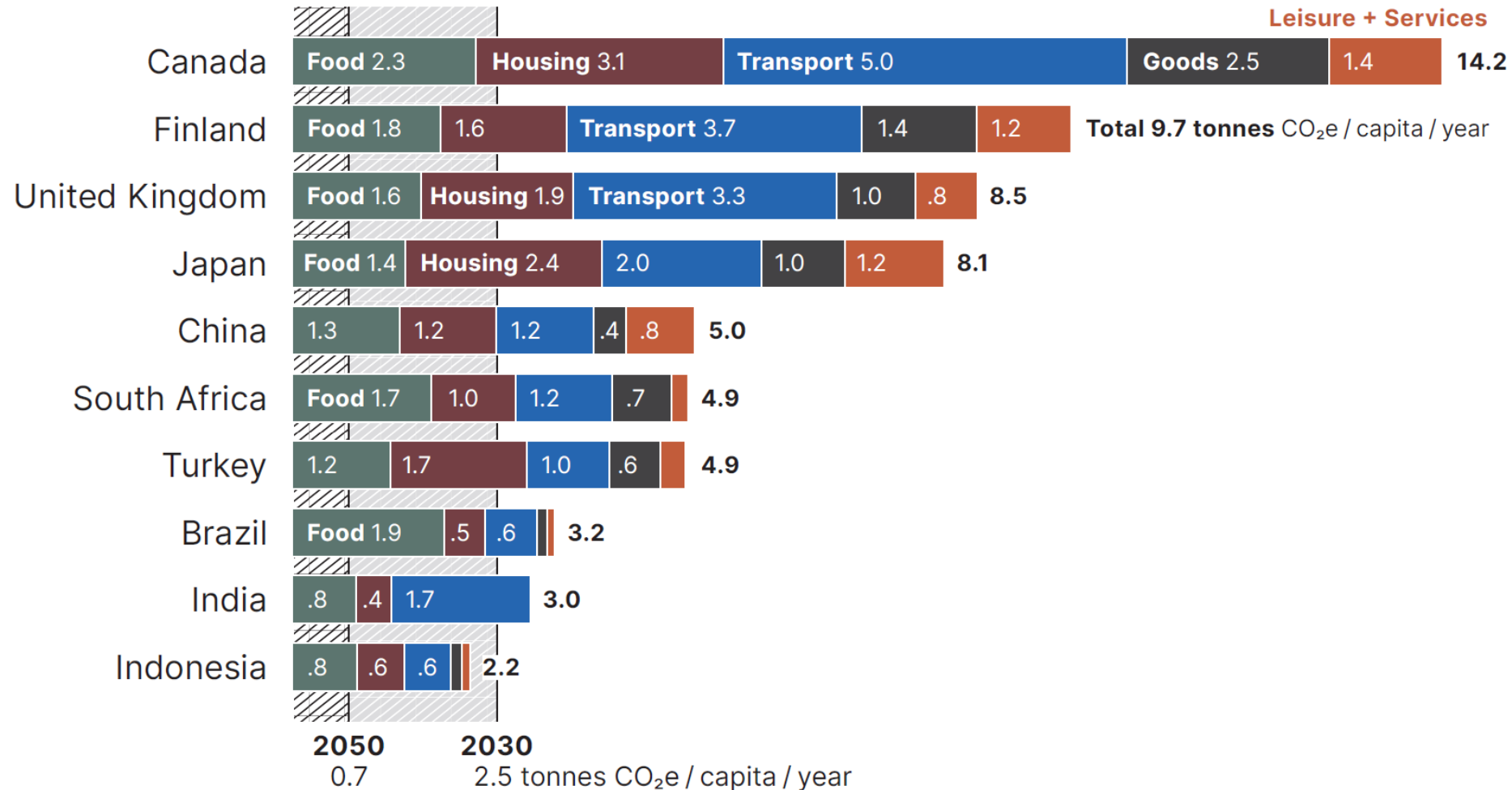
Jos jokainen päättäisi vähentää
päästöjään 20% vastaisi se yli

70 %

Pariisin ilmastopöytäkirjan
kansallisesta
päästövähennystavoitteesta



Suomalaisen hiilijalanjälki vs. muut maat



Globally unified targets for the lifestyle carbon footprints

<https://hotorcool.org/1-5-degree-lifestyles-report/>

SITRA

Mikä Elämäntapatesti?

1. Laske hiilijalanjälkesi [pikatestillä](#)
2. Tarkastele **tuloksiasi**
3. Ota haltuun sinulle sopivat **vinkit**, joilla voit säästää ympäristöä ja parantaa elämänlaatuasi
4. Tee **suunnitelma** ja ryhdy toimeen



Elämäntapatesti käytössä 10 Euroopan maassa



1,6 miljoonaa testiä Suomessa
(vuodesta 2017)

334 000 uudistettua testiä Suomessa

7 748 kg testin tekijän hiilijalanjälki

31 600 suunnitelmaa kohti kestäväää elämää

46,7 miljoonaa kiloa vähemmän päästöjä
(=143 756 bensa-automatkaa Bryssel-Rooma)



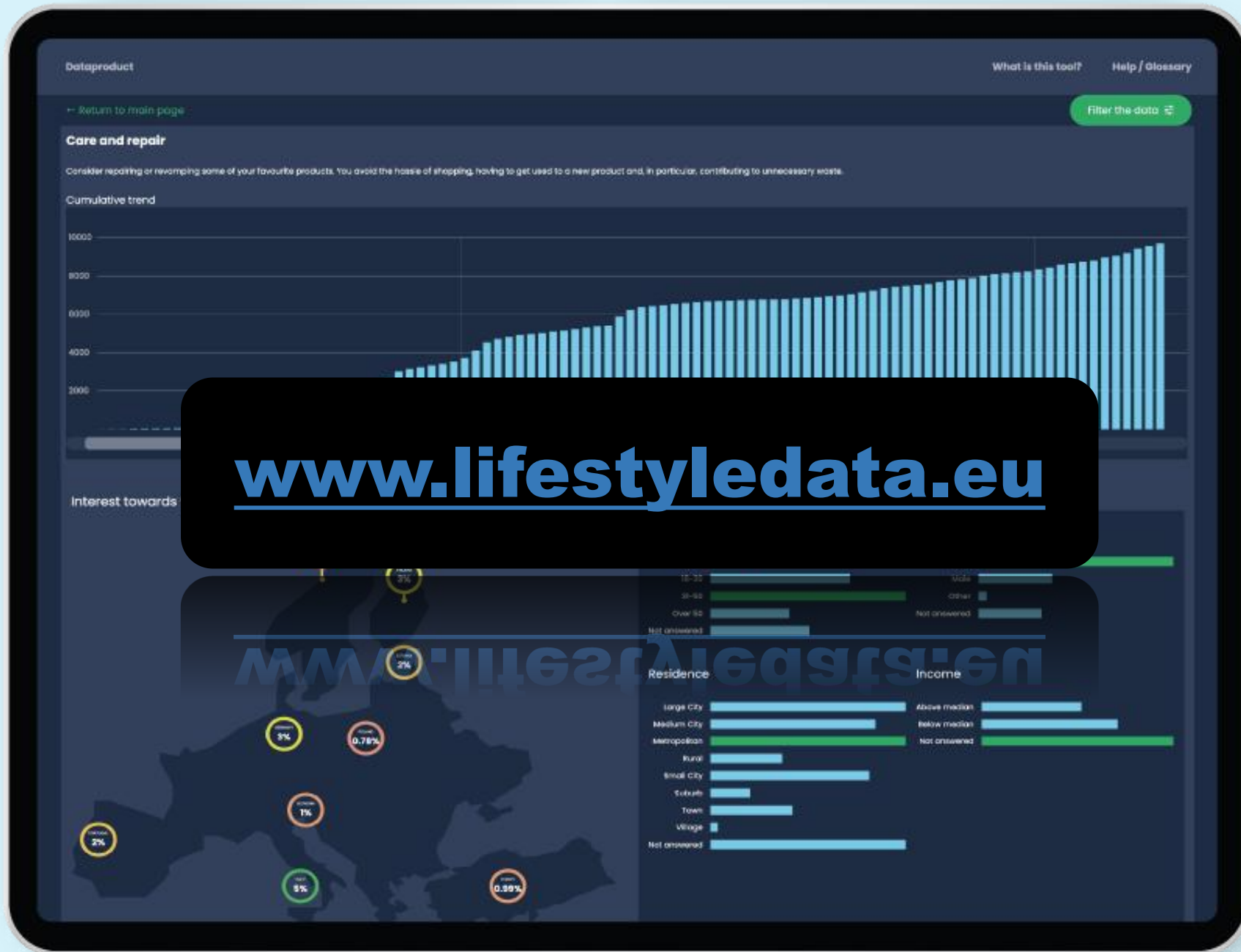


Millaista dataa kerääämme?

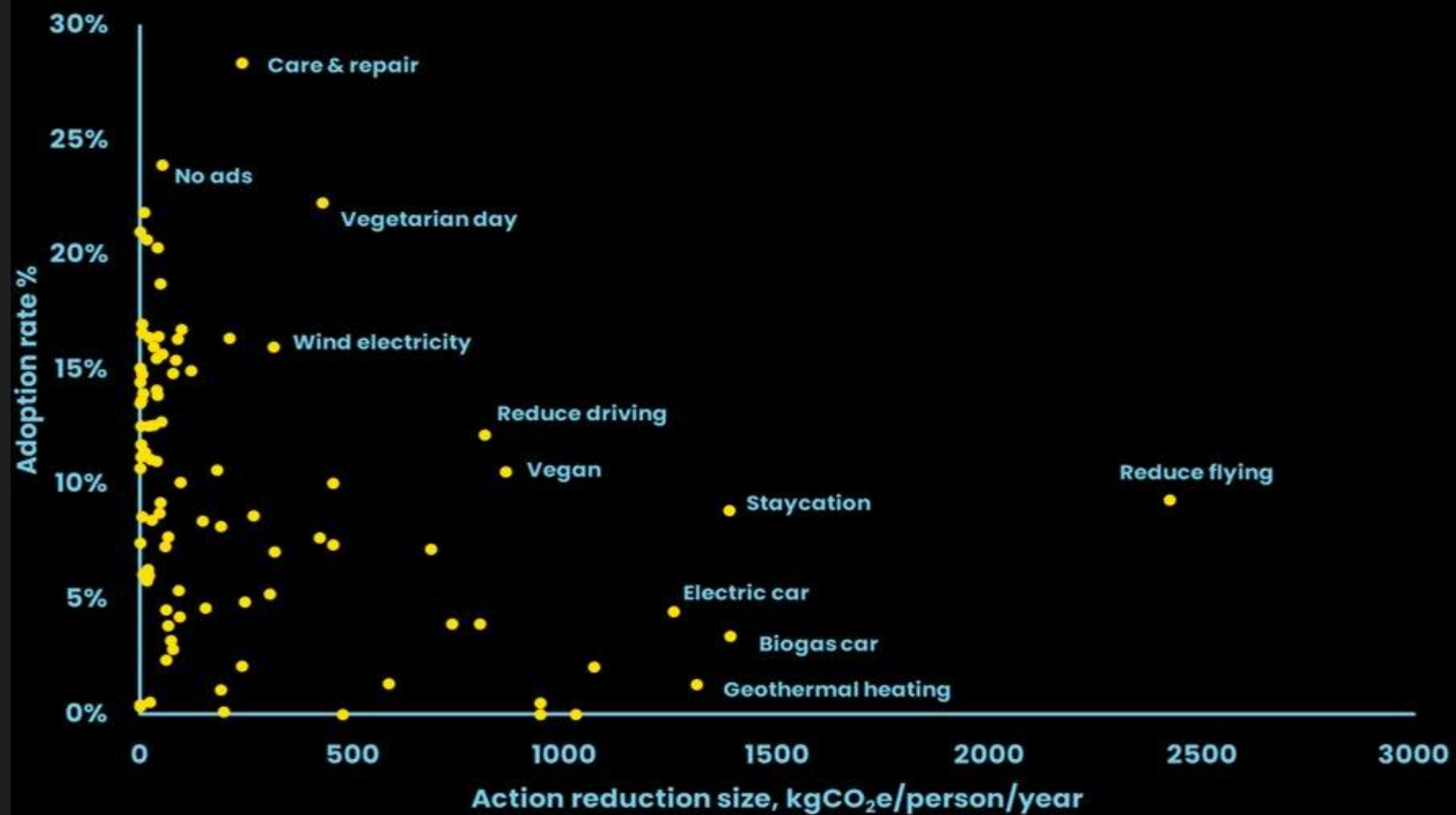
Ihmisten elämäntavat ja ilmastovaikutukset

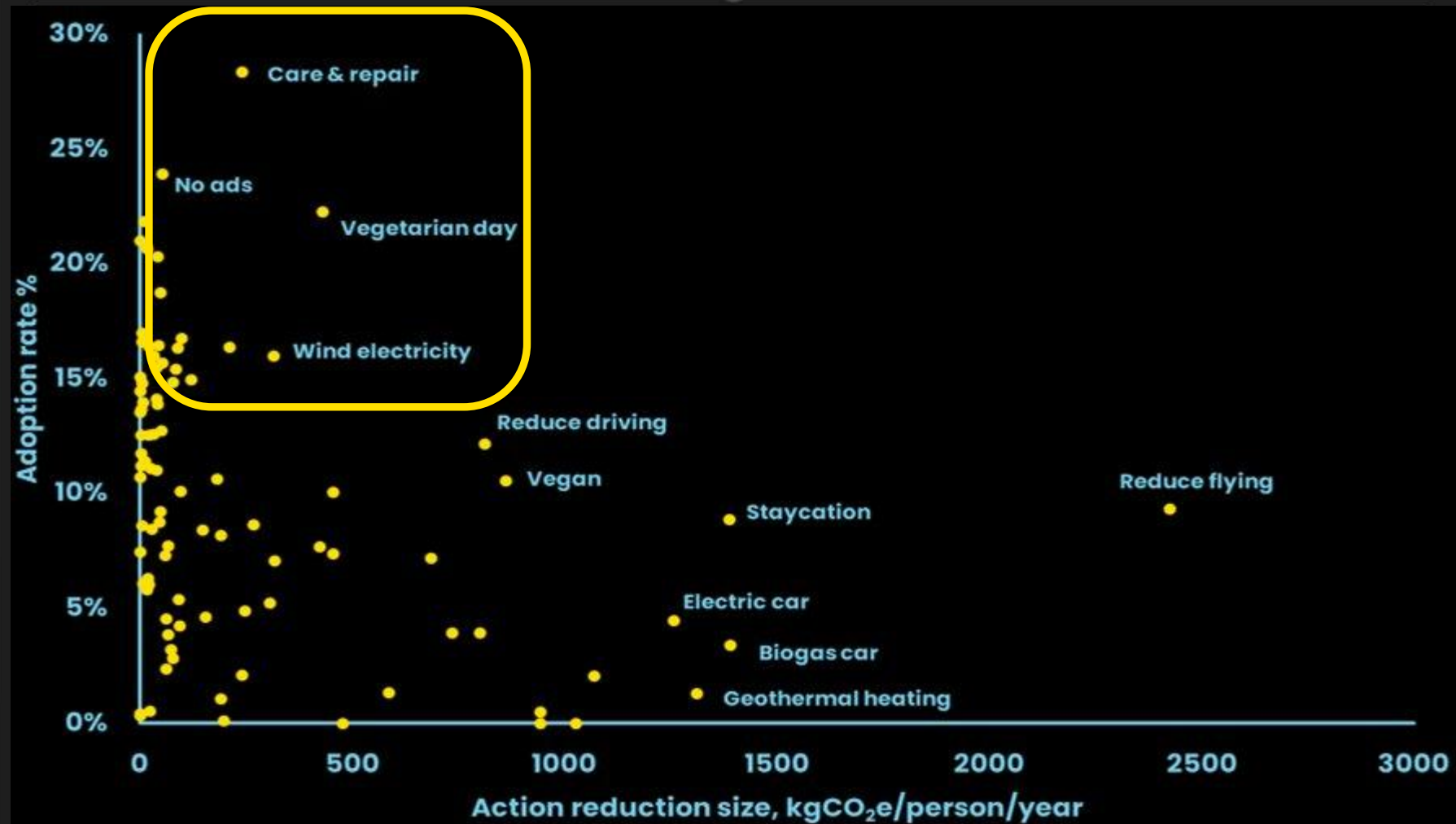
Sosiodemografiset tekijät ja niiden yhteys hiilijalanjälkeen sekä valittuihin tekoihin

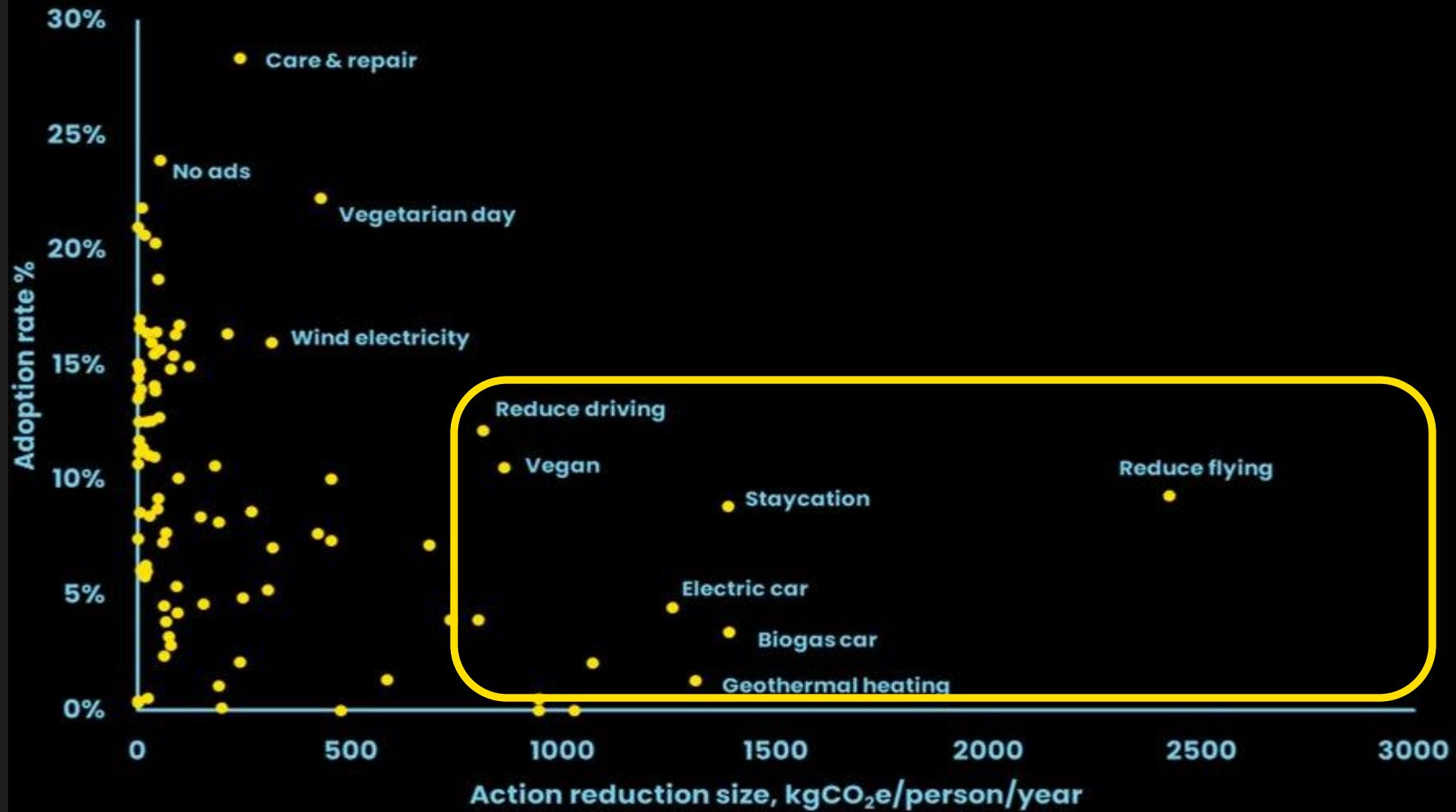
Motivaatio, esteet ja ihmisten tarpeet elämäntapojen muutoksessa

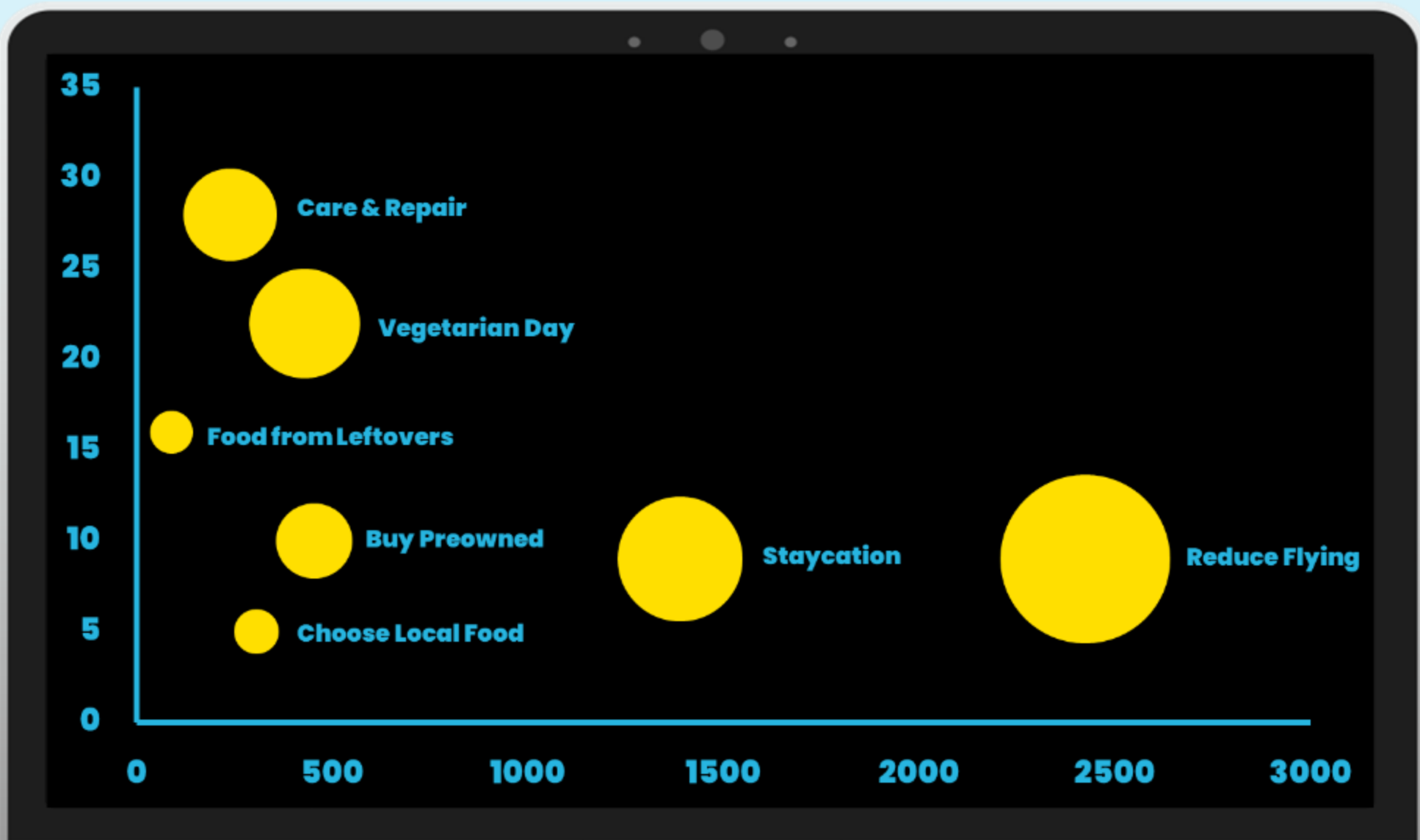


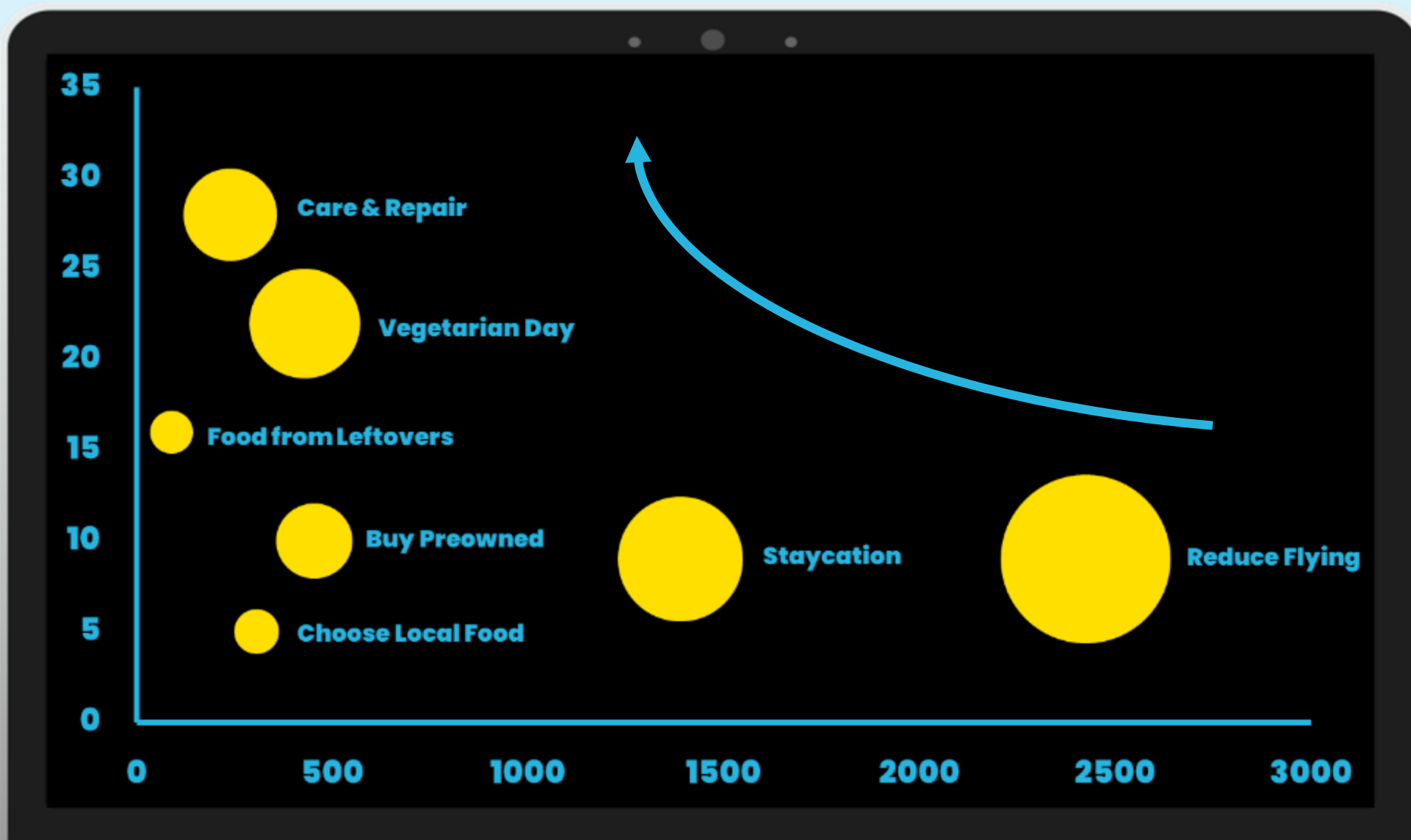
**Millaisilla teoilla suomalaiset ovat
valmiita pienentämään
hiilijalanjälkeään?**











Banaaniperiaate



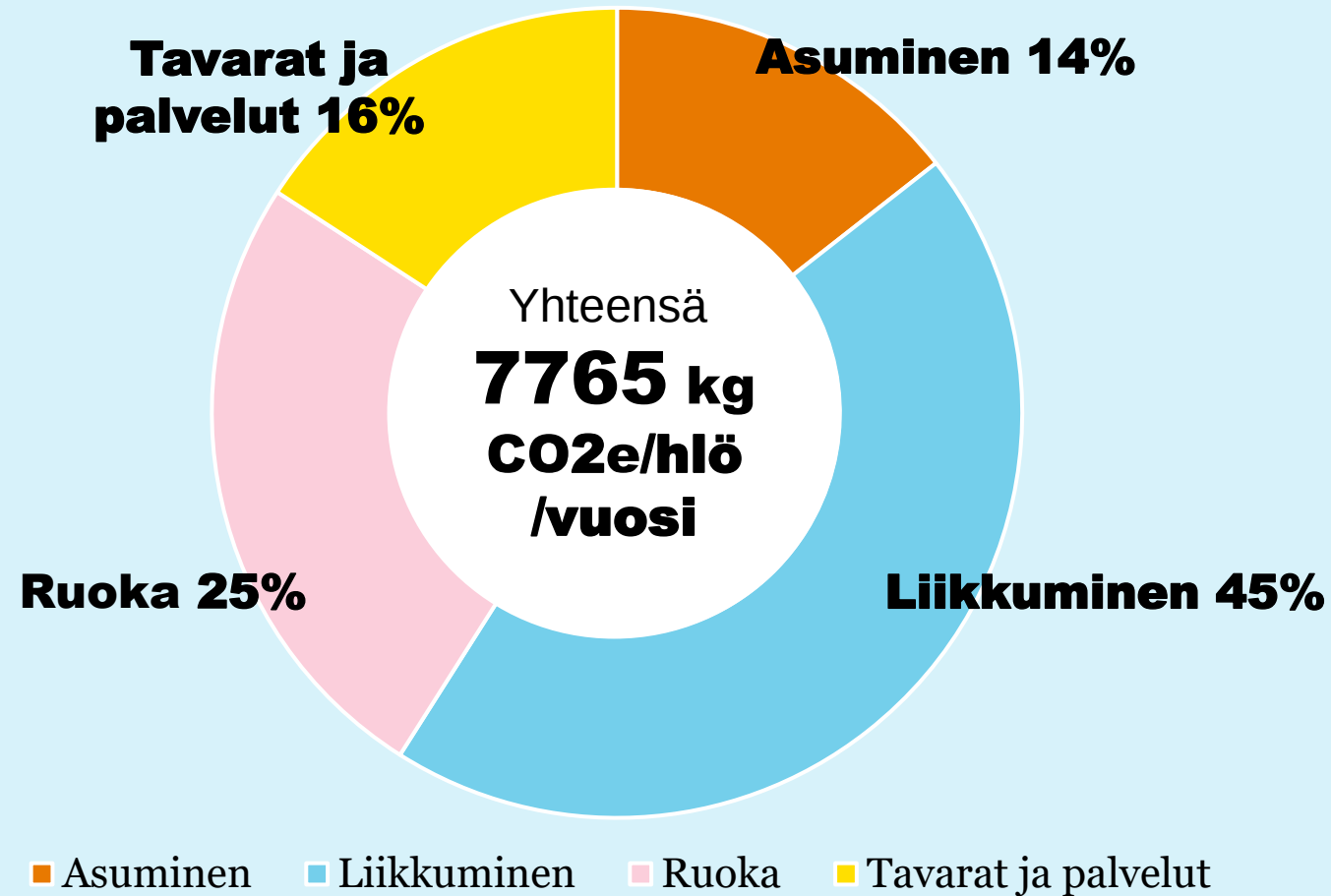
Kesä ja kestävät elämäntavat

- Esimerkiksi pyöräilyn lisääminen työmatkoilla voi juurtua nopeammin, jos:
 - Matka on kohtuullinen
 - Sääolosuhteet ovat suotuisat (esim. kesällä)
 - Pyöräilyyn liittyy muita positiivisia kokemuksia (esim. virkistyminen, säästö)

Monet kestävät arjen valinnat voivat kesän aikana muuttua appelsiineista banaaneiksi!

Kestävät ruokavalinnat kesällä

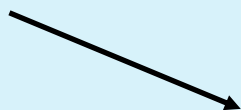
Kesä ja ruokailu



Elämäntapatestin käyttäjän keskimääräinen hiilijalanjälki

Kesä ja ruokailu

Kesälomalla merkittävä osa päästöistä syntyy paitsi liikkumisesta, myös siitä, mitä syömme.



Ruoka 25%

Tavarat ja palvelut 16%

Asuminen 14%

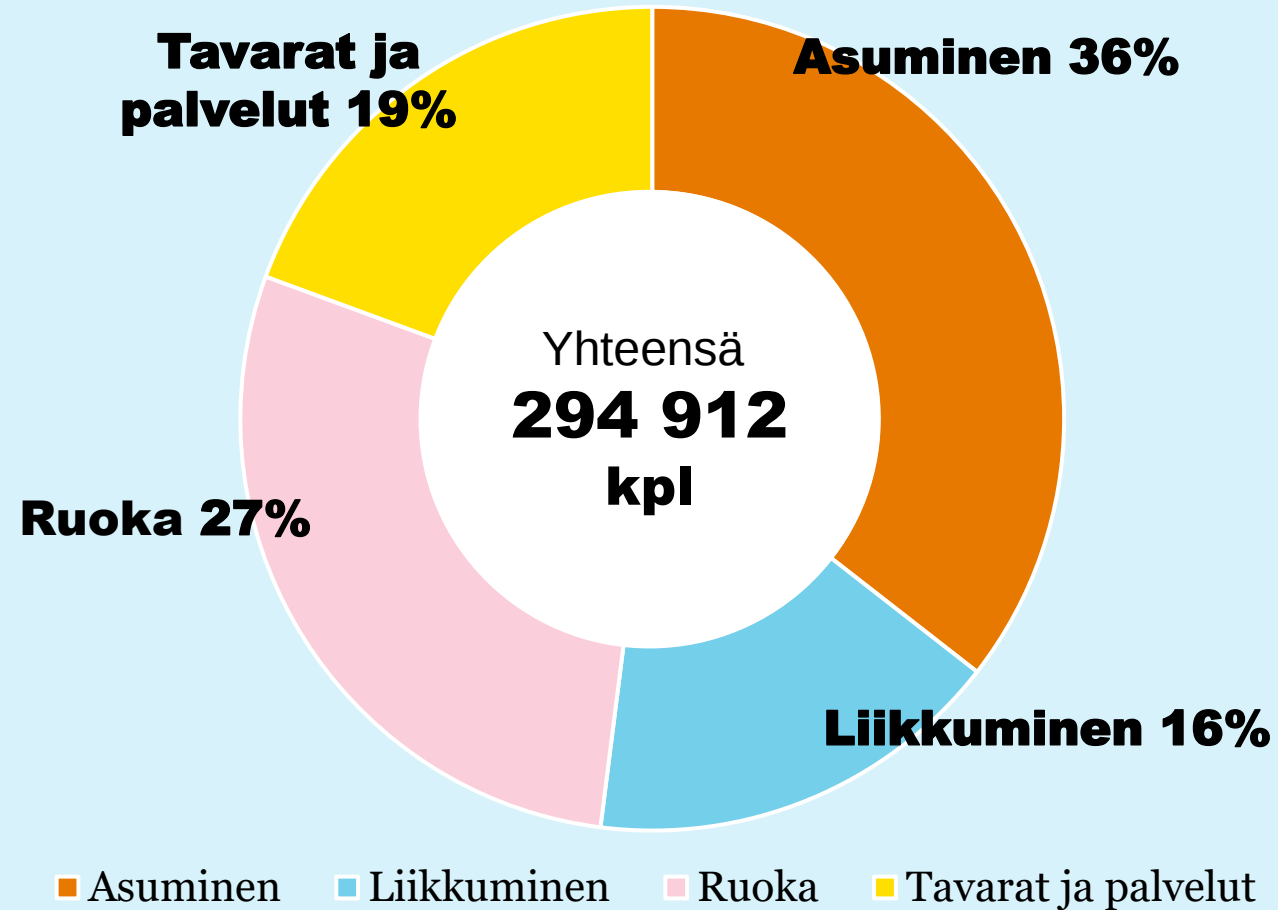
Liikkuminen 45%

Yhteensä
**7765 kg
CO₂e/hlö
/vuosi**

■ Asuminen ■ Liikkuminen ■ Ruoka ■ Tavarat ja palvelut

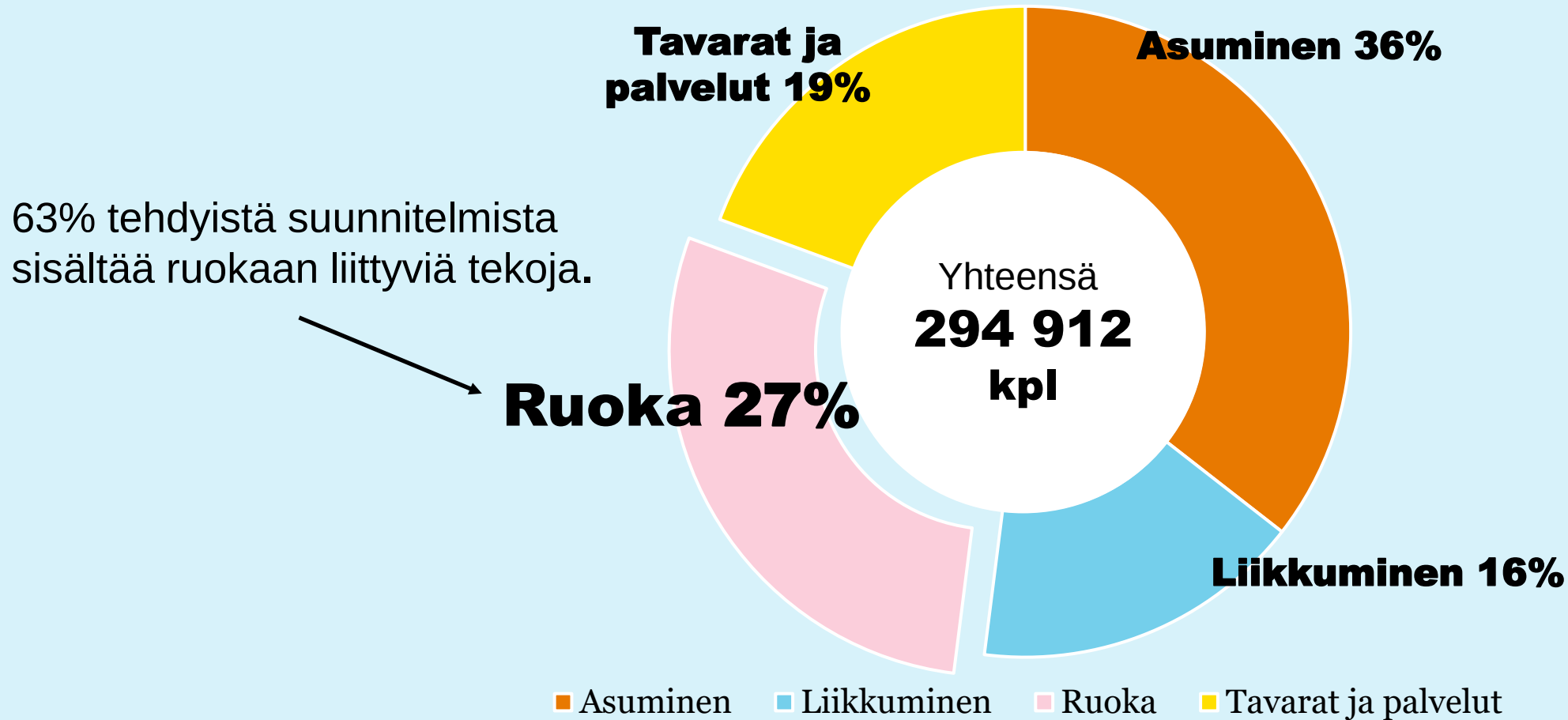
Elämäntapatestin käyttäjän keskimääräinen hiilijalanjälki

Kesä ja ruokailu



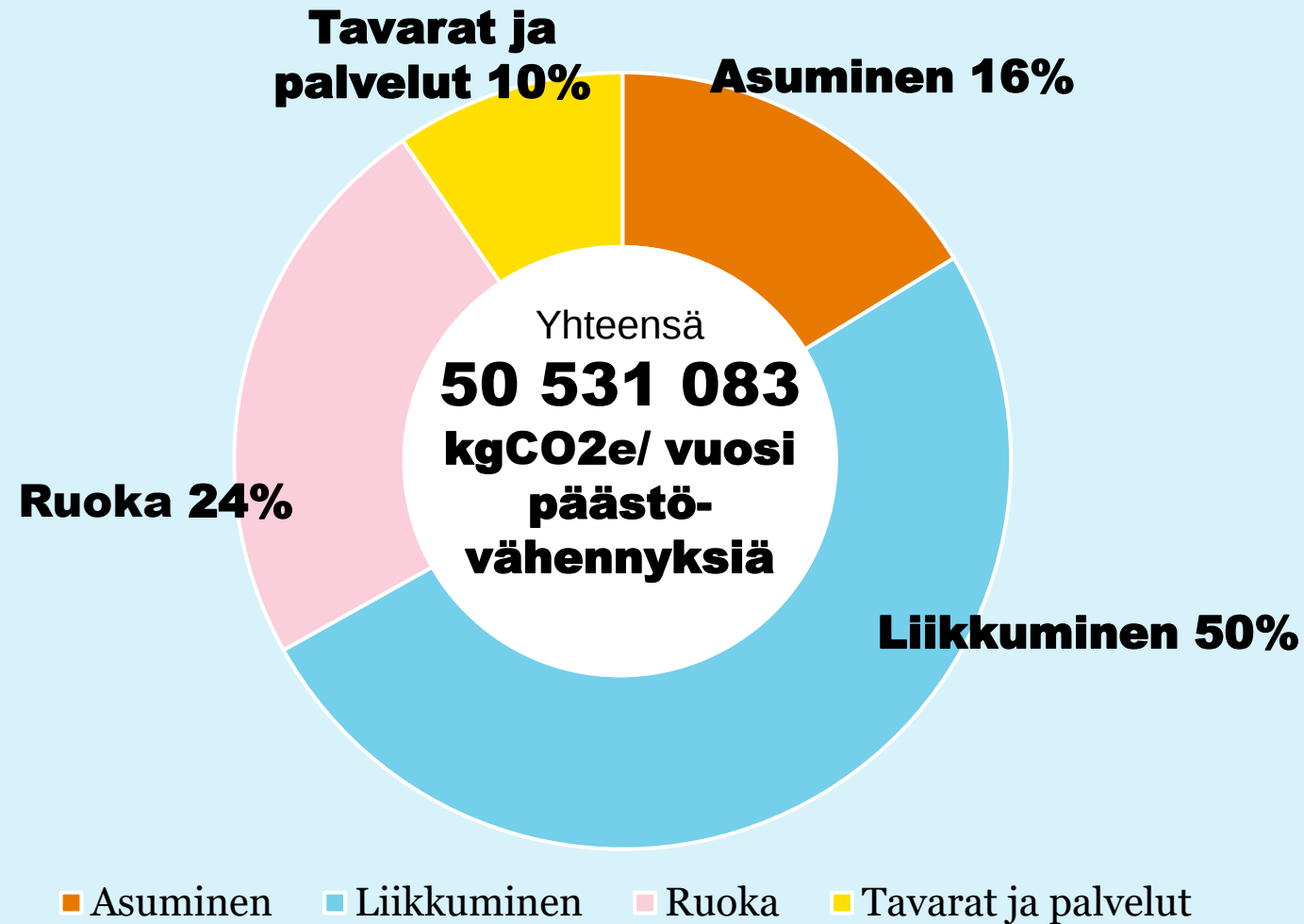
Valittujen tekojen määrä suunnitelmissa

Kesä ja ruokailu



Valittujen tekojen määrä suunnitelmissa

Kesä ja ruokailu



Valittujen tekojen päästövähennyspotentiali

Kesä ja ruokailu

Ruualla toiseksi isoin vähennyspotentiaali liikkumisen tekojen jälkeen. Jos kaikki suunnitelmiin valitut ruokaa koskevat teot toteutettaisiin, ilmakehään jäisi tupruttamatta lähes **12 milj. kiloa hiilidioksidia vuosittain.**



**Ruoka
24%**

**Tavarat ja
palvelut 10%**

Asuminen 16%

Yhteensä
**50 531 083
kgCO₂e/ vuosi
päästö-
vähennyksiä**

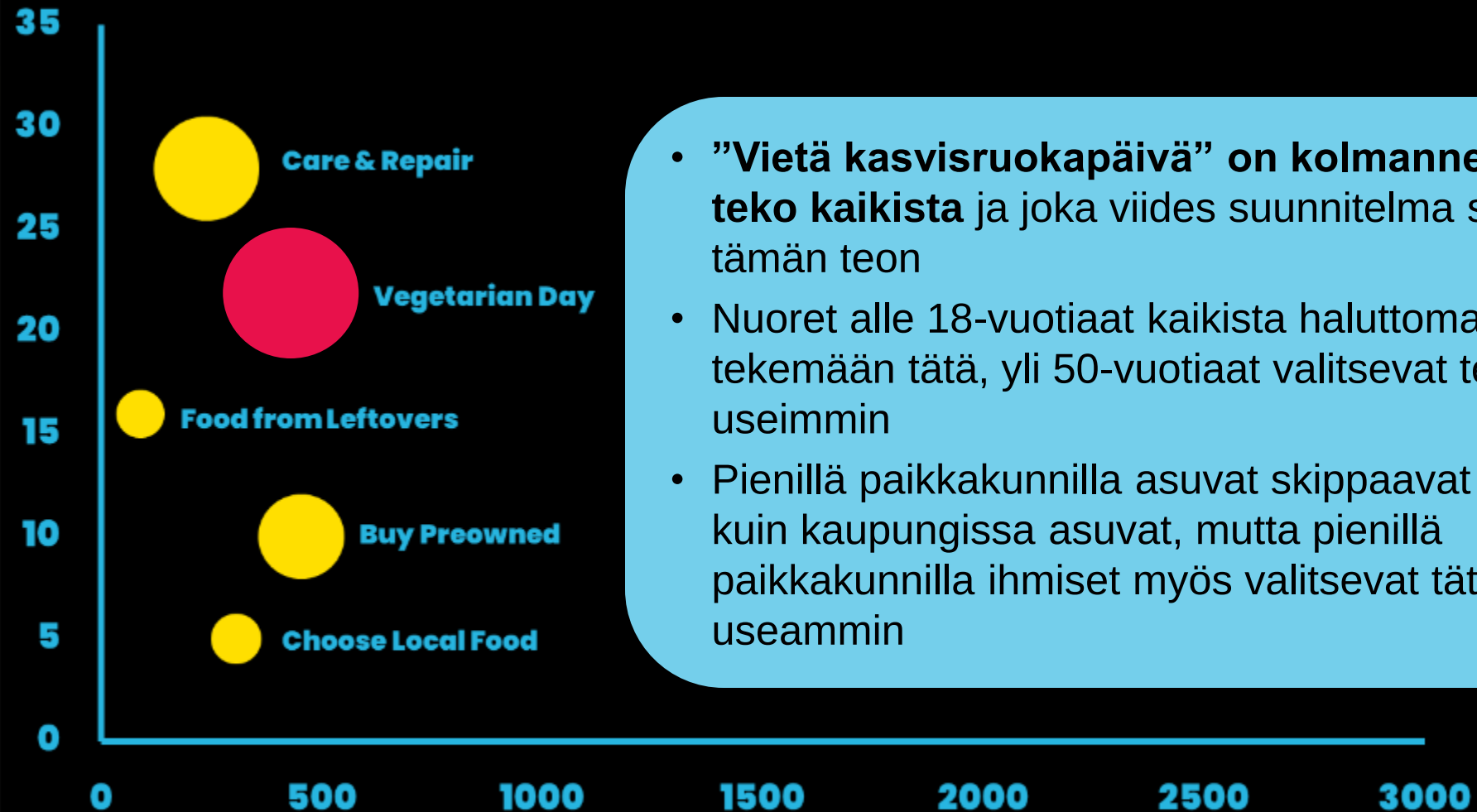
Liikkuminen 50%

■ Asuminen ■ Liikkuminen ■ Ruoka ■ Tavarat ja palvelut

Valittujen tekojen päästövähennyspotentiaali

Tavat pienentää ruoan päästöjä kesällä TOP 6

Teko	Teon valinneiden käyttäjien lukumäärä	Suunnitelmien hiilijalanjäljen pienennys yhteensä (kgCO ₂ e/vuosi)
Vietä kasvisruokapäivä	6 791	2.9M CO ₂ e kg = 5223 lentoa Brysseliin
Syö perunaa ja ohraa riisin sijaan	6 671	112.8K CO ₂ e kg
Pidä oma vesipullo mukana	5 211	111.4K CO ₂ e kg
Suosi suomalaisia järvikaloja	4 064	84.1K CO ₂ e kg
Kerää marjoja ja sieniä	3500	-
Valitse lähiruokaa kaupasta ja toreilta	1 652	489.2K CO ₂ e kg



- **"Vietä kasvisruokapäivä"** on kolmanneksi valituin teko kaikista ja joka viides suunnitelma sisältää tämän teon
- Nuoret alle 18-vuotiaat kaikista haluttomampia tekemään tätä, yli 50-vuotiaat valitsevat teon kaikista useimmin
- Pienillä paikkakunnilla asuvat skippaavat enemmän kuin kaupungissa asuvat, mutta pienillä paikkakunnilla ihmiset myös valitsevat tätä useammin

Syitä olla valitsematta 'Vietä kasvisruokapäivä'

Tällä hetkellä mahdotonta 52%

Se vie liikaa aikaa ja vaivaa 17%

En tiedä miten toteuttaisin sen 11%

Se on liian kallista 8%

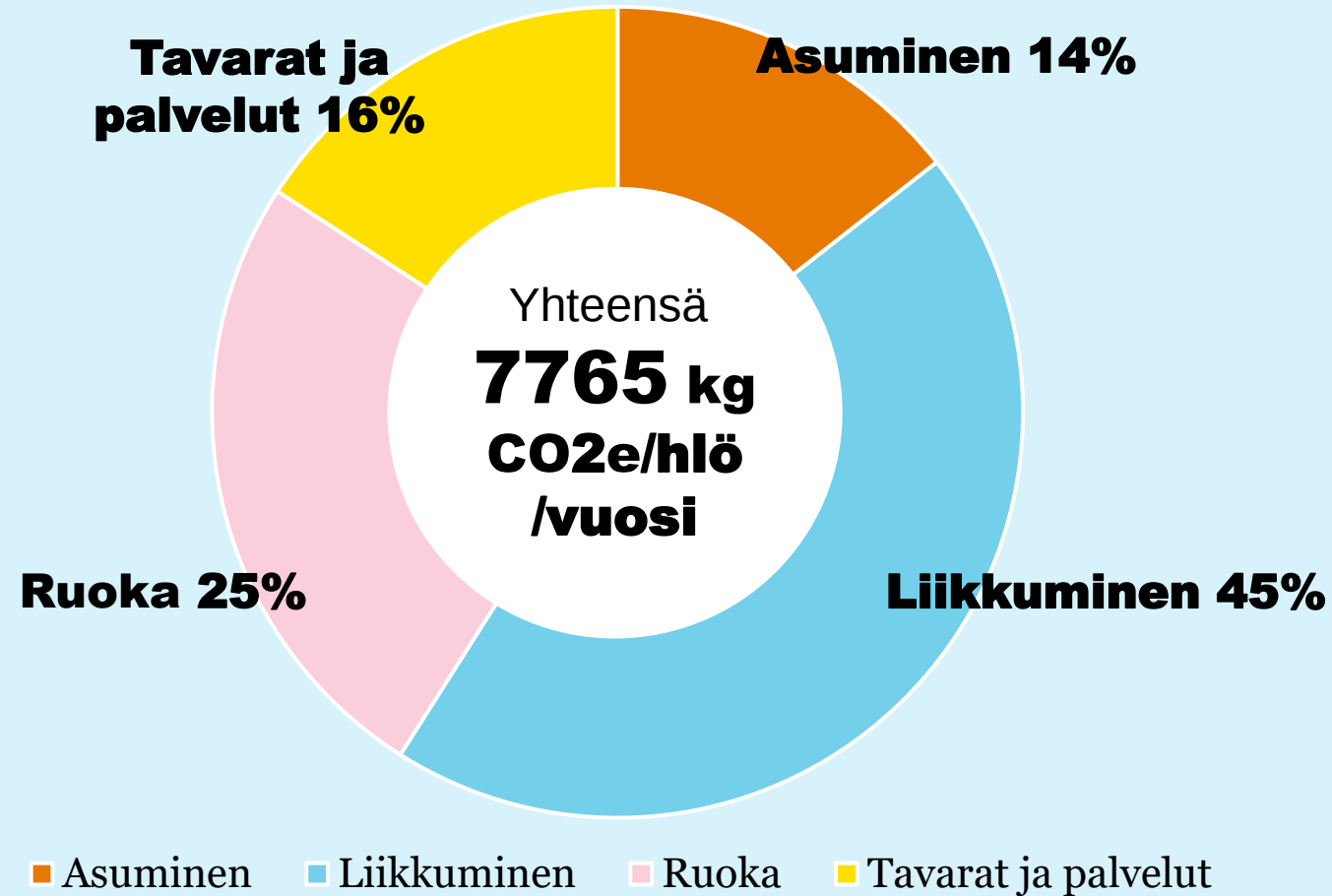
Kestävä kesäliikkuminen

Tavat pienentää liikkumisen päästöjä kesällä

TOP 6

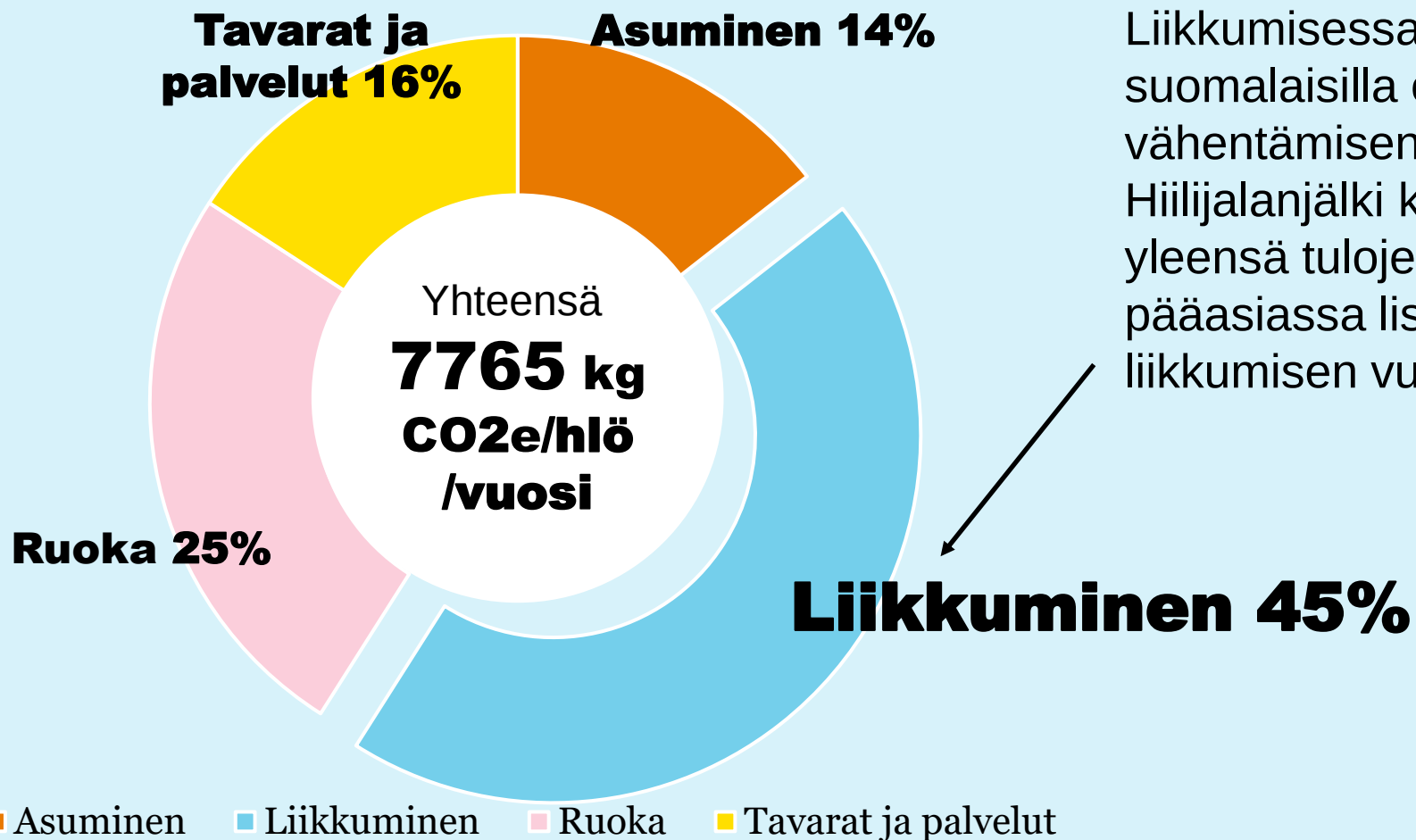
Teko	Teon valinneiden käyttäjien lukumäärä	Suunnitelmien hiilijalanjäljen pienennys yhteensä (kgCO ₂ e/vuosi)
Ota käyttöön aktiivisuusranneke	6557	248.5K CO ₂ e kg
Vähennä autoilua	3917	3M CO ₂ e kg
Vähennä lentämistä	3006	7.4M CO ₂ e kg = 12 220 lentoa Helsingistä Brysseliin
Lomaile kotona	2925	3.8M CO ₂ e kg
Aja pyörällä töihin	2600	498.3K CO ₂ e kg
Matkusta harvemmin, mutta pidempään	668	720.7K CO ₂ e kg

Kesä ja liikkuminen



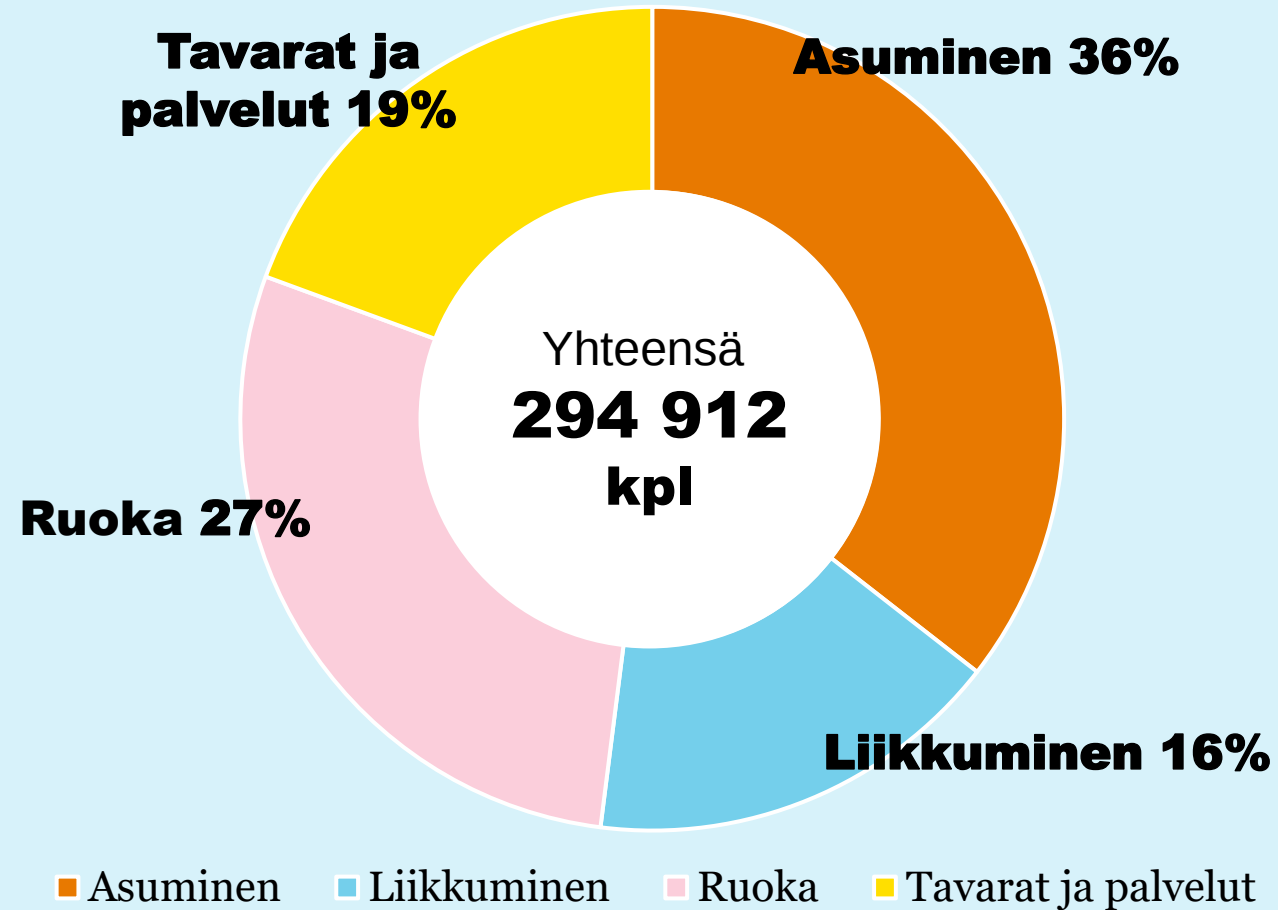
Elämäntapatestin käyttäjän keskimääräinen hiilijalanjälki

Kesä ja liikkuminen



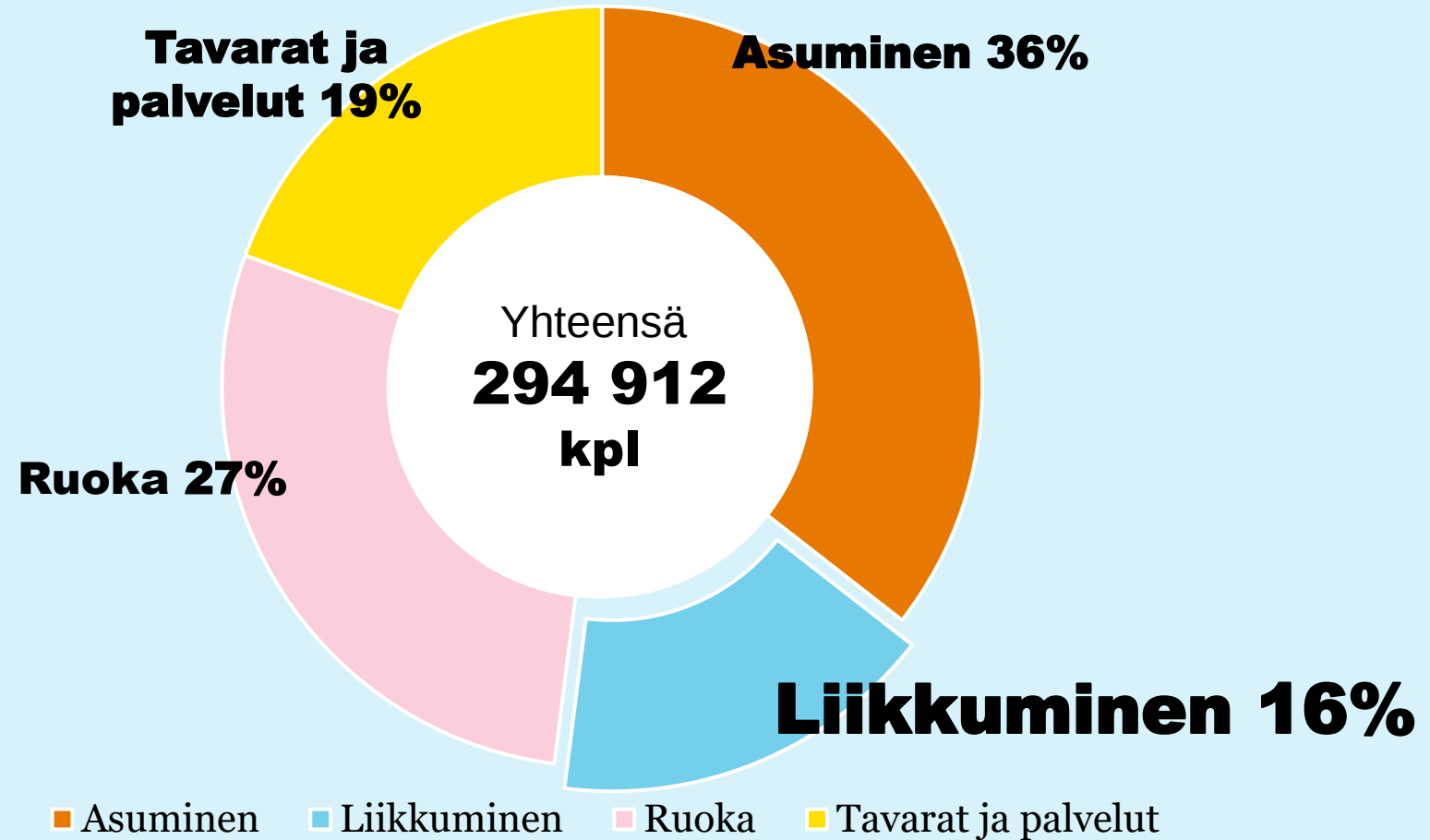
Elämäntapatestin käyttäjän keskimääräinen hiilijalanjälki

Kesä ja liikkuminen



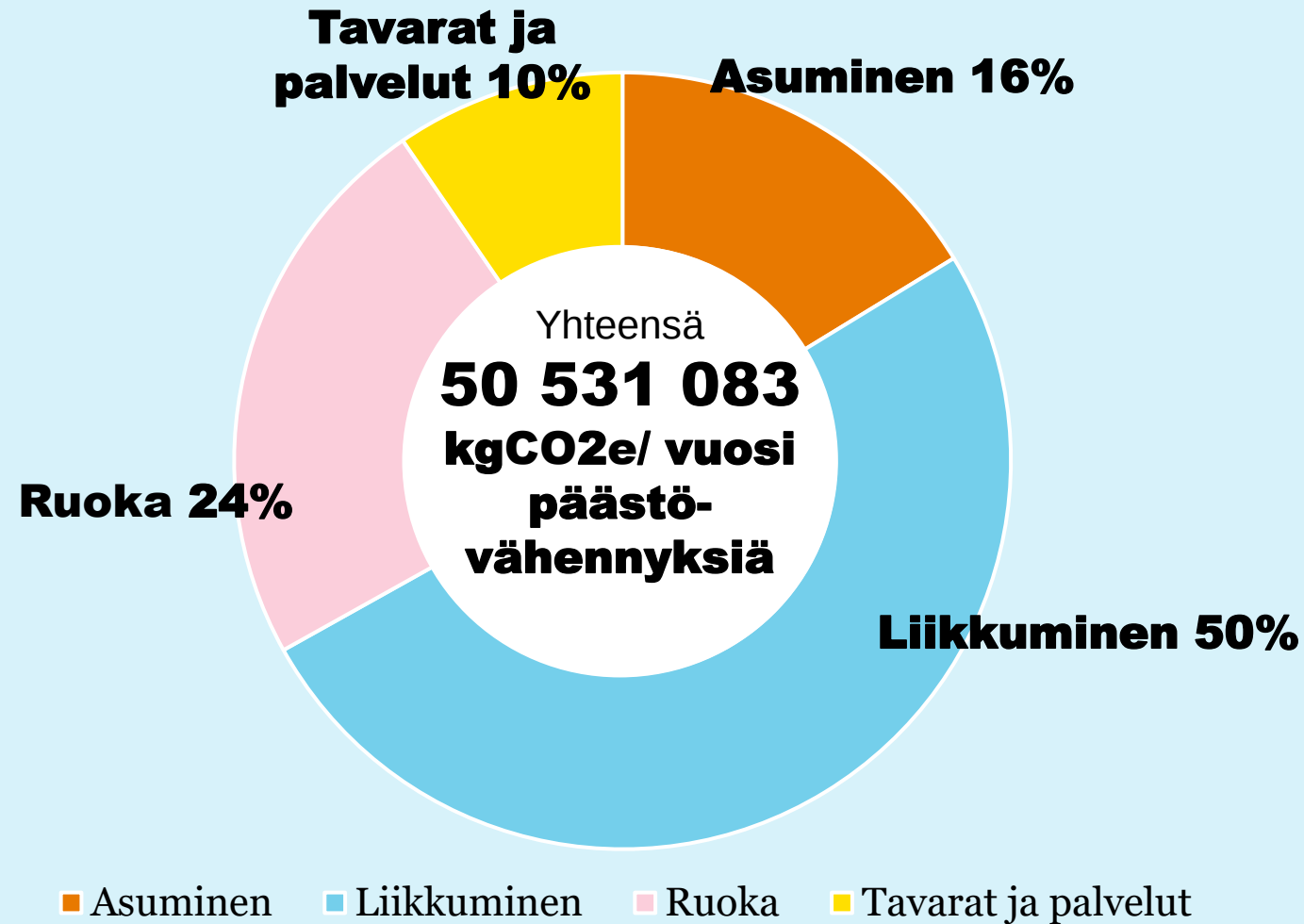
Valittujen tekojen määrä suunnitelmissa

Kesä ja liikkuminen



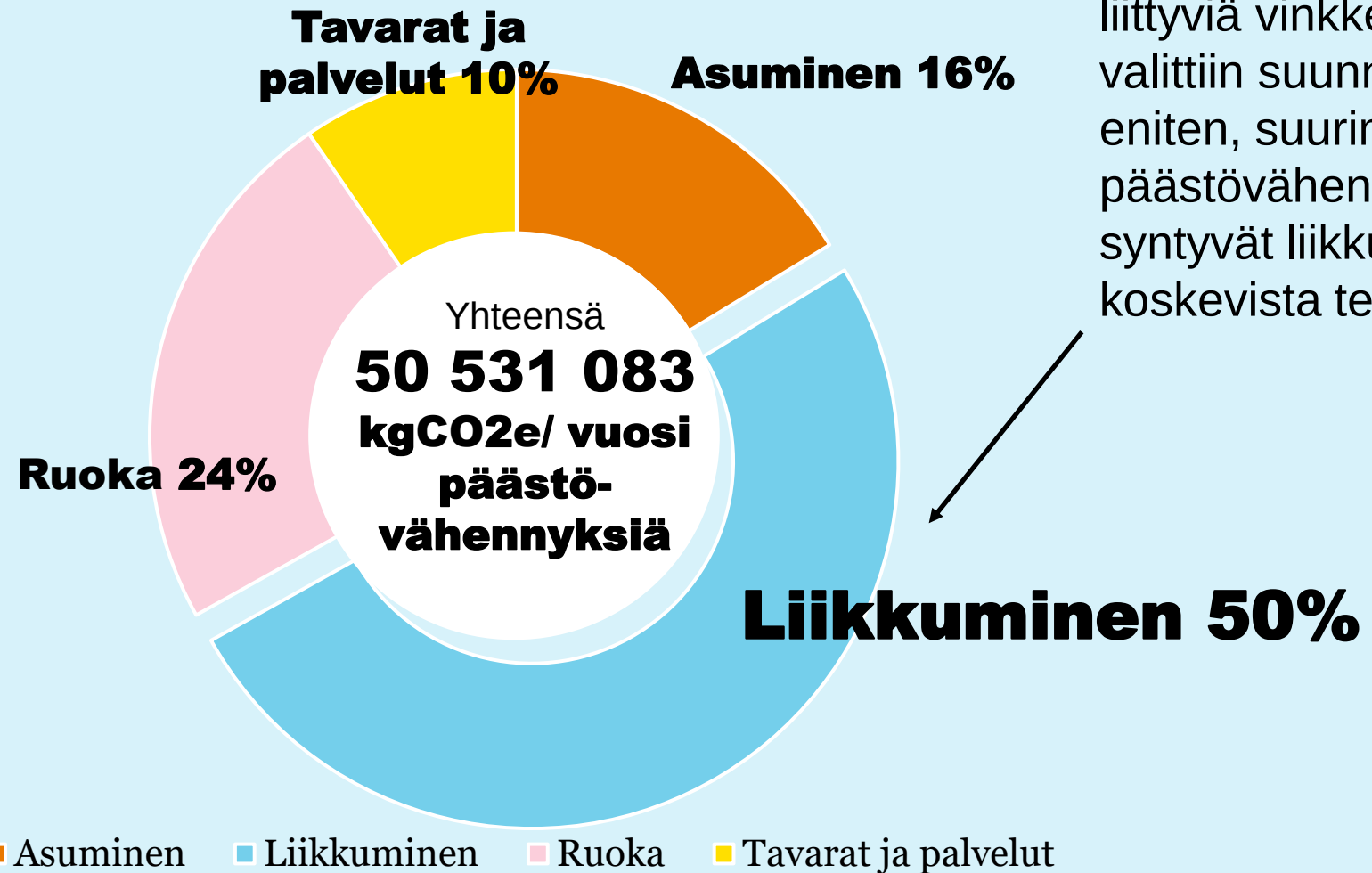
Valittujen tekojen määrä suunnitelmissa

Kesä ja liikkuminen



Valittujen tekojen päästövähennyspotentiali

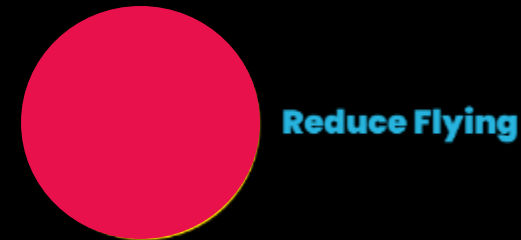
Kesä ja liikkuminen



Vaikka asumiseen liittyviä vinkkejä valittiin suunnitelmiin eniten, suurimmat päästövähennykset syntyvät liikkumista koskevista teoista.

Valittujen tekojen päästövähennyspotentiaali

- Suurimmat liikenteen päästöt ovat maaseutualueilla autoilun vuoksi ja pääkaupunkiseudulla **lentomatkustamisen vuoksi**
- Suurissa kaupungeissa asuvat ja korkeampiin tuloluokkiin kuuluvat ovat todennäköisemmin valmiita vähentämään lentämistä – ja tekevät niin myös useammin
- Tämä teko valitaan usein ”Matkusta junalla lomalle” -teon kanssa (29% valitsee kummatkin teot). Tämä viittaa siihen, että monet korvaavat lentämisen lomillaan ympäristöystävällisemmällä junamatkailulla.



Syitä olla valitsematta 'Vähennä lentämistä'

Tällä hetkellä mahdotonta 61%

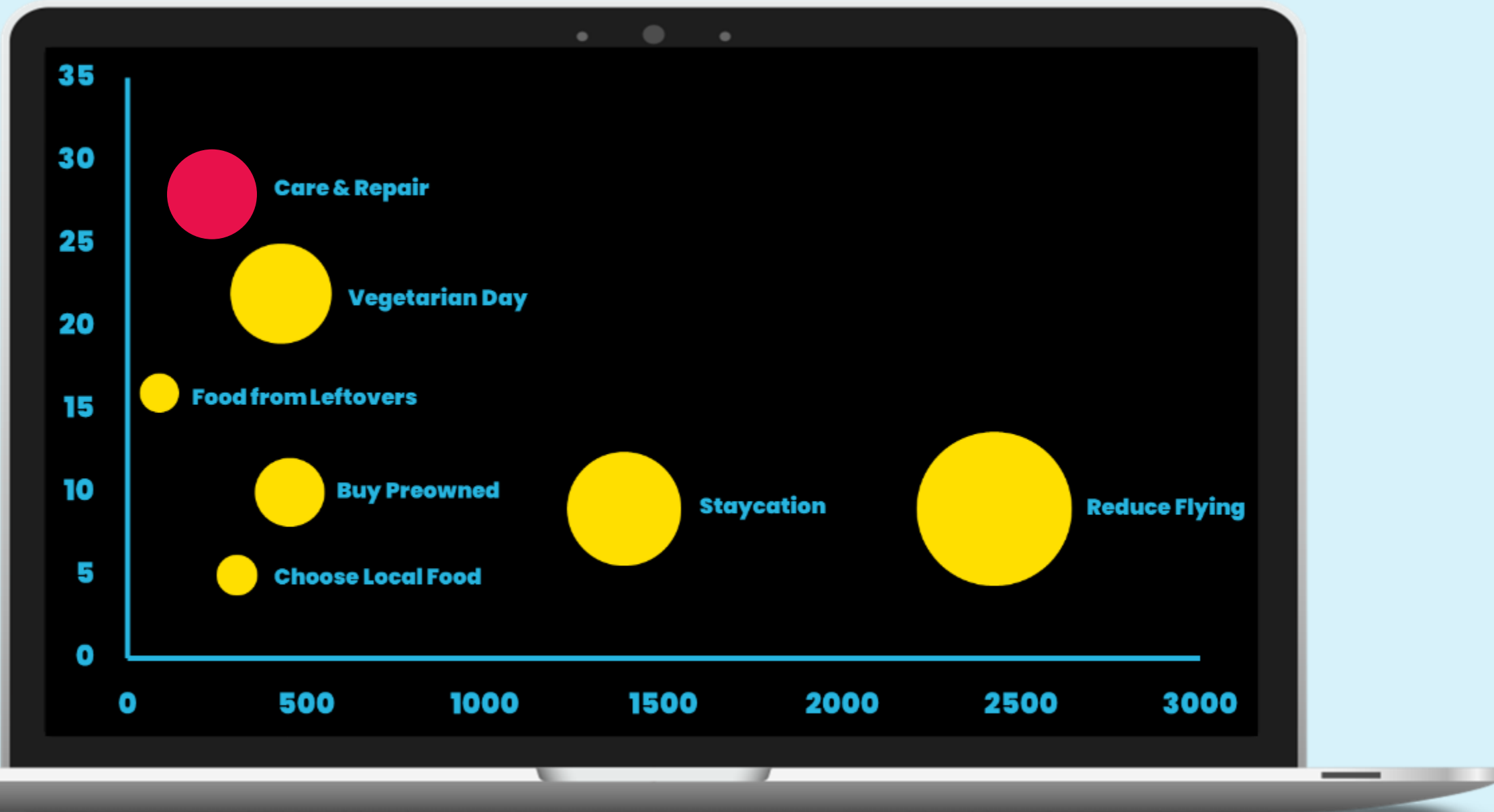
En tiedä miten toteuttaisin sen 14%

Se vie liikaa aikaa ja vaivaa 12%

Suomalaisten halutuimmat keinot oman hiilijalanjäljen pienentämiseen kesällä ovat selvillä – mitkä niistä ovat vaikuttavimmat?

Teko	Suunnitelmien hiilijalanjäljen pienennys yhteensä (kgCO ₂ e/vuosi)
Vähennä lentämistä	7.4M CO ₂ e kg = 12 220 lentoa Helsingistä Brysseliin
Lomaile kotona	3.8M CO ₂ e kg = 6798 lentoa Helsingistä Brysseliin
Pidä kasvisruokapäivä	2.9M CO ₂ e kg
Vähennä autoilua	2.9M CO ₂ e kg
Huolla ja korjaa	2M CO ₂ e kg

**Miten kulutus- ja päästödataa voidaan
käyttää uusien palvelujen ja tuotteiden
suunnittelussa?**



Repair Videos

Nothing compares to Kern's quirky repair videos. You'll laugh, learn lots of useful repair tricks that'll make your grandma proud, and finally discover what a sweater stone is.

How to Better Your Sweater

Watch

How to Patch Your Insulation

Watch

How to Fix Your Button

Watch

How to Fix Your Zipper Slider

Watch



Syitä olla valitsematta 'Huolla ja korjaa'

Se on liian kallista	28%
----------------------	-----

Tällä hetkellä mahdotonta	23%
---------------------------	-----

Se vie liikaa aikaa ja vaivaa	21%
-------------------------------	-----

En tiedä miten toteuttaisin sen	18%
---------------------------------	-----

Tavaroiden huolto ja korjaaminen osaksi arjen valintoja ja päätöksentekoa

Esimerkkiehdotus

Yksilö:

Etusetelit

Systemi:

Verovähennykset

Viestintä räätälöidään kohderyhmän tarpeiden ja odotusten mukaisesti.



TEKOJA TULEVAI- SUUDELLE

sitra@sitra.fi

sitra.fi