

Toimintakertomus 2023

Terve Paino ry työskentelee ylipainon vähentämiseksi Suomessa ensisijaisesti vaikuttamalla päättäjiin, jotta epäterveellisten elintarvikkeiden kulutus saataisiin vähenemään laeilla, muilla säädöksillä ja toimenpiteillä. Neljäntenä toimintavuotenaan yhdistys on vakiinnuttanut asemansa varteenotettavana asiantuntijajärjestönä, joka huomioidaan, kun käydään kansanterveyteen ja erityisesti ravintoon ja elintarvikepolitiikkaan liittyvää keskustelua.

Toimintavuotta leimasivat huhtikuun eduskuntavaalit sekä uuden hallituksen muodostaminen. Terve Paino on pitänyt esillä erityisesti runsaasti sokeria sisältäviin tuotteisiin kohdistuvaa sokeriveroa sekä lapsiin ja nuoriin kohdistuvien epäterveellisten tuotteiden markkinoinnin rajoittamista.

Jäsenet

Yhdistykseen henkilöjäseniin kuului vuoden 2023 lopussa 90 varsinaista jäsentä ja 85 kannattajajäsentä. Vuotuinen henkilöjäsenmaksu sekä varsinaisella että kannattajajäsenellä on 25 € ja yhteisöjäsenmaksu on 100 €.

Hallitus

Hallituksen puheenjohtajana toimi sisätautien erikoislääkäri, professori **Pertti Mustajoki** ja varapuheenjohtajana pääjohtaja emeritus (THL), professori **Pekka Puska**. Hallitukseen kuuluivat lisäksi varsinaisina jäseninä johtava asiantuntija **Heli Kuusipalo**, FT, MBA, laillistettu ravitsemusterapeutti **Reijo Laatikainen**, ylilääkäri **Helena Liira**, kehittämisspäällikkö **Päivi Mäki**, professori **Kirsi Pietiläinen**, oikeustieteen tohtori, valtiotieteen maisteri **Sakari Huovinen** ja sisätautilääkäri, professori **Aila Rissanen**.

Hallituksen kokouksia valmisteli työvaliokunta, johon kuuluivat Pertti Mustajoki, Pekka Puska, Heli Kuusipalo ja yhdistyksen tiedottaja Tiina Salo.

Hallitus piti vuoden aikana viisi kokousta, joista neljä pidettiin Teams-etäkokouksina ja yksi lähikokouksena.

Yhdistyksen kevätkokous

Kevätkokous pidettiin 16.5.2023 etänä (Teams). Kokoukseen osallistui 13 jäsentä. Kokouksen alussa yhdistyksen puheenjohtaja Pertti Mustajoki kertoi ajankohtaisista asioista. Kokous hyväksyi yhdistyksen tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen vuodelta 2022.

Yhdistyksen syyskokous

Syyskokous pidettiin 23.11.2023 etänä (Teams). Kokoukseen osallistui 13 jäsentä. Ennen kokousta yhdistyksen puheenjohtaja Pertti Mustajoki kertoi yhdistyksen meneillään olevista projekteista ja lähiajan suunnitelmista.

Kokouksessa hyväksyttiin yhdistyksen toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2024. Yhdistyksen puheenjohtajana jatkamaan valittiin Pertti Mustajoki. Uusiksi hallituksen jäseneksi valittiin lasten ja nuorten terveyden edistämisen professori Kalle Kurppa ja yhdistyksen tiedottaja, valtiotieteen maisteri Tiina Salo.

Hallituksen jäseninä jatkavat Pekka Puska, Heli Kuusipalo, Reijo Laatikainen, Päivi Mäki, Kirsi Pietiläinen ja Aila Rissanen. Yhdistyksen toiminnantarkastajana jatkaa ekonomi Mikko Tulenheimo.

Yhdistyksen toiminta

Epäterveellisten elintarvikkeiden määrittäminen

Yhdistys julkaisi esityksen epäterveellisistä elintarvikkeista, joiden kulutusta ja markkinointia tulisi vähentää. Luokittelussa painottuu energiatiheys (lisätyn sokerin ja rasvan määrä), joka eniten vaikuttaa liialliseen kaloreiden saantiin.

Epäterveelliset elintarvikkeet:

- Sokeripitoiset juomat, yli 5 % sokeria sisältävät
- Runsaasti sokeria ja kovaa rasvaa sisältävät jogurtit ja muut maitotuotteet
- Makeiset ja suklaa
- Keksit, yli 10 % sokeria sisältävät
- Sokerimurot, yli 10 % sokeria sisältävät
- Perunalastut, maissilastut ja vastaavat muut suolaiset naposteltavat
- Nakki-, grilli- ja muut makkarat
- Hampurilaiset, uppoaistetetut perunat ja pitsat, jos energiatiheys yli 200 kcal/100 g

Esitys epäterveellisistä elintarvikkeista julkaistiin Tervepaino.fi-verkkosivulla ja siitä tiedotettiin laajasti eri sidosryhmille, kuten asiantuntijoille ja virkamiehille, terveystoimittajille ja yhdistyksen jäsenille.

Vaikuttaminen

Seminaari eduskunnan Kansalaisinfossa

Terve Paino ry järjesti yhdessä SOSTE ry:n ja eduskunnan terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen verkoston kanssa seminaarin [Terveempi Suomi: Tuleeko terveysperusteisesta verosta totta ensi hallituskaudella?](#) eduskunnan Kansalaisinfossa 31.1.2023. Paikan päällä oli 50 henkilöä, ja keskustelu oli myös seurattavissa verkossa SOSTEn kanavilla sekä jälkikäteen tallenteesta.

Tilaisuudessa alustivat Elintarviketeollisuusliiton johtaja **Marleena Tanhuanpää**, THL:n johtava asiantuntija **Heli Kuusipalo** ja valtiovarainministeriön hallitusneuvos **Merja Sandell**. Paneelikeskusteluun osallistuivat kansanedustajat **Mia Laiho** (kok), **Heidi Viljanen** (sd), **Ritva Elomaa** (ps), **Pasi Kivisaari** (kesk), **Inka Hopsu** (vihr), **Katja Hänninen** (vas), **Sari Essayah** (kd) ja **Anders Norrback** (rkp). Puheenjohtajana toimi professori **Pekka Puska** ja loppupuheenvuoron piti eduskunnan terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen ryhmän puheenjohtaja, kansanedustaja **Merja Mäkisalo-Ropponen**.

Lausunnot ja kuulemiset

Puheenjohtaja Pertti Mustajoki oli eduskunnan valtiovarainvaliokunnan verojaoston kuultavana 12.1.2023. Puheenjohtaja oli myös hallitusneuvottelijoiden kuultavana toukokuussa.

Yhteyksiä päättäjiin

Edellä mainittujen tilaisuuksien lisäksi puheenjohtaja Pertti Mustajoki ja varapuheenjohtaja Pekka Puska ovat olleet tiiviisti yhteydessä päättäjiin ja virkamiehiin pitkin vuotta.

Sidosryhmäyhteistyö

SOSTE ry oli keskeinen yhteistyökumppani, jonka johtoa ja asiantuntijoita tavattiin useaan otteeseen vuoden aikana. Terve Paino osallistui aktiivisesti SOSTEn Terveiden edistämisen verkoston ja Lasten terveysfoorumiin (LTF) toimintaan. LTF:n kanssa järjestettiin 20.9.2023 webinaari [MITÄ LAPSILLE JA NUORILLE MARKKINOIDAAN? – Nykypäivän ruokaympäristön haasteet ja ratkaisut](#). Tilaisuutta seurasi yli 100 henkilöä mm. hyvinvointialueilta ja kunnista.

Muita sidosryhmätapahtumia ja tapaamisia:

- 9.3. pj. Pertti Mustajoki ja prof. Jukka Mustonen vierailivat Diabetesliitossa
- 7.3. STM:n tilaisuus [Ehdotuksia terveyserojen kaventamiseksi](#), paneeliin osallistui varapj. Pekka Puska
- 13.3. Novo Nordiskin pyöreän pöydän lihavuuskeskusteluun osallistuivat Pekka Puska, Kirsi Pietiläinen ja Päivi Mäki
- 15.3. Mustajoki ja Puska vierailivat Elintarviketeollisuusliitossa
- 23.3. Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskus järjesti [Terveysperusteinen vero – ensi hallituskaudellako? -verkkotilaisuuden](#). Sen puheenjohtajana toimi Pekka Puska ja paneelissa oli alueen kansanedustajaehdokkaita.
- 20.4. Lihavuustutkijat ry:n seminaarissa Yhteiskuntavastuu ja lihavuuden ehkäisy – tutkimusnäyttöön perustuvat keinot yhtenä puhujana Pekka Puska.
- Huhtikuussa Pertti Mustajoki vieraili Vanhempainliitossa
- 3.5. Kainuun hyvinvointialueen Teams-keskustelu Pertti Mustajoen kanssa hyvinvointialueen mahdollisuuksista vaikuttaa ruokaympäristöön lihavuuden ehkäisyssä
- 27.11.2023 Mustajoki, Puska ja Salo vierailivat Hammaslääkäriliitossa

Mediajulkisuus

Terve Paino lähetti vuoden mittaan kolme mediatiedotetta. Näiden lisäksi lähetettiin Terveystoimittajille kolme koostetta näkökulmiksi ja juttuvinkeiksi lihavuusaiheen käsittelyyn.

Mediatiedotteet:

- 12.1. Väestön lihominen tuo miljardien lisäkustannukset yhteiskunnalle – tarvitaan toimia suunnan kääntämiseksi
- 29.5. Tuore tutkimus osoittaa sokeriveron tehokkaaksi välineeksi lihavuuden ja sairauksien torjunnassa
- 4.12. Väestön lihominen uhkaa kansanterveyttä ja -taloutta – nyt on päättäjien aika toimia

Kirjoituksia mediassa:

- 27.1.2023 Pekka Puska ja Dylan L. Steen, HS Vieraskynä: [Kauppa voisi ohjata asiakkaitaan terveellisempään ruokavalioon](#)
- 29.4.2023 Pekka Puska, HS Mielipide: [Terveysveron vaikutuksista on kiistatonta tutkimusnäyttöä](#)
- 29.4.2023 Päivi Mäki, Päivi Nykyri (Soste), HS Vieraskynä: [Epäterveellisiä elintarvikkeita ei pitäisi markkinoida lapsille](#)
- 4.5.2023 Pertti Mustajoki, HS Mielipide: [Terveysverot eivät ole tehottomia eivätkä syrjiviä](#)
- 4.7.2023 Pertti Mustajoki, HS Mielipide: [Sokerittomat limsat ovat terveellisempiä kuin sokeria sisältävät](#)
- 20.4.2023 Helsingin Sanomat julkaisi Pertti Mustajoen haastatteluun perustuvan artikkelin: [Lihavuustutkija Pertti Mustajoki: ”Ei 40 vuotta sitten kukaan ollut onneton siksi, että makeisia kulutettiin vähemmän”](#)
- 9.8.2023 Pekka Puska; Lääkärilehti tiedepääkirjoitus: [Kaikki keinot käyttöön lihavuuden torjunnassa](#)
- 23.9.2023 Pertti Mustajoki ja Pekka Puska, HS Vieraskynä: [Hallituksen pitää keskittyä myös lihavuuden vähentämiseen](#)

- 11.10.2023 Pertti Mustajoki, Lääkärilehti mielipide: Vaa´alle ainakin kerran vuodessa?
- 18.11.2023 Pertti Mustajoki, HS Mielipide Lihavuus uhkaa Suomen taloutta

Viestintä

Yhdistyksen verkkosivustolla www.tervepaino.fi julkaistiin vuoden mittaan seuraavat artikkelit, uutiset ja blogit:

- 5.1.2023 Pekka Puska: Elintarviketeollisuusliiton lobbaus ja viestintä sokeriveroa vastaan (blogi)
- 11.1.2023 Pertti Mustajoki, Pekka Puska, Kirsi Pietiläinen: Mitä lihavuus maksaa Suomelle?
- 12.1.2023 Väestön lihominen tuo miljardien lisäkustannukset yhteiskunnalle – tarvitaan toimia suunnan kääntämiseksi (uutinen)
- 16.1.2023 Pertti Mustajoki: Kaloreiden alennusmyynti (blogi)
- 29.1.2023 Pertti Mustajoki: Lihavuus aiheuttaa sairauksien suman
- 3.2.2023 Eteneekö sokerivero ensi vaalikaudella? (uutinen)
- 27.2.2023 Pertti Mustajoki: Julmasta optimismista toimivaan lihavuuden torjuntaan (blogi)
- 22.3.2023 Pertti Mustajoki: Nyt on ruokaturvallisuuden vuoro (blogi)
- 24.3.2023 Onko vihdoin sokeriveron aika?
- 27.3.2023 Pertti Mustajoki: Elokuvateatterit uhkaavat lastemme terveyttä (blogi)
- 29.4.2023 Pekka Puska: Terveysveron vaikutuksista on kiistatonta tutkimusnäyttöä
- 4.5.2023 Pertti Mustajoki: Terveysverot eivät ole tehottomia eivätkä syrjiviä
- 29.5.2023 Tuore tutkimus osoittaa sokeriveron tehokkaaksi välineeksi lihavuuden ja sairauksien torjunnassa (uutinen)
- 2.8.2023 Pertti Mustajoki et al: Epäterveellisten elintarvikkeiden määrittäminen
- 23.9.2023 Pertti Mustajoki ja Pekka Puska: Hallituksen pitää keskittyä myös lihavuuden vähentämiseen
- 8.11.2023 Pertti Mustajoki: Lihavuus Suomessa - enemmän sairaita ja taantuvaa taloutta
- 8.11.2023 Pertti Mustajoki: Lihavuuden aikapommi tikittää (blogi)
- 4.12.2023 Väestön lihominen uhkaa kansanterveyttä ja -taloutta – nyt on päättäjien aika toimia
- 8.12.2023 Pertti Mustajoki: Lihavuus yleistyy edelleen

Yhdistyksen ajankohtaisista asioista kerrottiin myös yhdistyksen Facebook-sivuilla (530 seuraajaa) sekä X-tilillä (292 seuraajaa). Lisäksi yhdistyksellä oli Instagram-tili (181 seuraajaa).

Jäsenille lähetettiin 8 jäsenkirjettä sähköpostijakelulla.

Talous

Yhdistyksen tilinpäätös oli kertomusvuonna 10 500,27 € alijäämäinen (-10 496,84 € vuonna 2021). Toiminnan tuotot 3 300 € (3 555 €) muodostuivat jäsenmaksuista. Toiminnan kulut olivat 13 513,83 € (13 752,38 €). Toimintapääoma oli vuoden päättyessä 6 722,04 € (17 547,31).

Yhdistys haki toukokuussa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEAlta hankeavustusta vuosille 2024-2026, mutta sitä ei myönnetty.