

Nuorten ruokaraati



Aluksi

Maa- ja metsätalousministeriö on valmistellut kansallista ruokastrategiaa vuoteen 2040. Strategiassa linjataan kestävää ja kannattavaa ruokajärjestelmää edistävästä tavoitteista. Valmistelun yhteydessä ministeriö halusi kuulla, mitä mieltä nuoret aikuiset ovat strategian tavoitteista ja millaisia toimenpidesuosituksia nuorilla on strategian toimeenpanoon.

Kutsu osallistua raatiin lähetettiin 6000 satunnaisesti valitulle 18-24 -vuotiaalle nuorelle. Noin 130 vapaaehtoisesta joukosta poimittiin 40 henkilöä ositetulla satunnaisotannalla siten, että raati vastasi mahdollisimman hyvin 18-24 -vuotiasta väestöstä asuinpaikan ja sukupuolen mukaan. Lisäksi otannassa huomioitiin osallistujien koulutustausta ja äidinkieli. Lopullisen raadin työskentelyyn osallistui 39 nuorta.

Raati kokoontui kolmena päivänä Tampereella sekä kahdessa livechat -etätapaamisessa marraskuussa 2025. Kokoontumisten aikana raati puntaroi nuorille tärkeitä asioita kestävä ruuan tuotannon ja kulutuksen vahvistamiseksi tulevaisuudessa. Lisäksi raati puntaroi toimia, joiden avulla näitä tärkeitä asioita voidaan edistää. Työskentely aikana raati kuuli asiantuntijoita ruokastrategiasta, ruokajärjestelmästä ja sen kestäväyydestä, alkutuotannon kestäväyydestä sekä ruokakulttuurin tulevaisuudesta.

Keskustelujen päätteeksi raati muodosti yhteisen kannanoton, johon on kirjattu nuorille tärkeimpiä asioita perusteluineen sekä niihin kytkeytyvät toimenpidesuosituksat. Kannanotossaan nuoret korostavat seuraavia asia- ja toimenpidekokonaisuuksia:

- kotimaisen ruuan tuotannon elinvoimaisuus, reilu tulonjako ja huoltovarmuus;
- tiedon ja tietoisuuden lisääminen;
- kaikkien mahdollisuus terveelliseen ruokaan;
- tuotantoeläinten hyvinvointi;
- luonto- ja ilmastohaittojen vähentäminen.

Kannanotto on raatilaisten yhteisen työskentelyn tulos ja sen sisältämät suositukset ovat raatilaisten yhteisesti hyväksymät.

Nuorten ruokaraadin järjesti Maa- ja metsätalousministeriö yhdessä Suomen ympäristökeskuksen ja Teknologian tutkimuskeskus VTT:n kanssa. Sitra rahoitti raadin toteuttamista.

Nuorten ruokaraadin kannanotto kansalliseen ruokastrategiaan 2040

Kotimaisen ruuantuotannon elinvoimaisuus, reilu tulonjako ja huoltovarmuus

Kotimainen ruuantuotanto on Suomen huoltovarmuuden, ilmastotavoitteiden ja alueellisen elinvoiman kulmakivi. Kriisitilanteet, ilmastonmuutos ja globaalit häiriöt osoittavat entistä selvemmin, kuinka tärkeää on, että pystymme takaamaan ravinnon saannin Suomessa kestävästi ja luotettavasti myös tulevaisuudessa. Lähellä tuotettu ruoka vähentää kuljetuspäästöjä, tukee paikallista työllisyyttä ja vahvistaa maaseudun elinvoimaa.

Valtion on tuettava kotimaista ruuantuotantoa lainsäädännön, verotuksen ja kohdennettujen tukien avulla erityisesti vähentämällä ympäristövastuullisesti toimivien tilojen verorasitusta ja suuntaamalla verokannustimia energiatehokkaisiin investointeihin. Lisäksi valtio voi tukea tiloja rahallisesti esimerkiksi sato- ja tulovakuutusten avulla kuten toimitaan jo monissa EU-maissa. Näin tilojen jatkuvuus paranee niin, että yksi tai useampi huono vuosi ei kaataisi yritystä. Tämä tukisi koko Suomen huoltovarmuutta. Tukijärjestelmää voisi parantaa myös siten, että taloudellista tukea painotettaisiin nouseville pientiloille.

Samalla on edistettävä keinoja, jotka tuovat tuottajat ja kuluttajat lähemmäs toisiaan, kuten suoramyynti ja Reko-toiminta.

Maanviljelijöille ja tuottajille tulee taata reilu korvaus työstään, joka tapahtuu arvonnaisän jakautumiseen puuttumalla. Kaupan ketjujen katteet eivät saa nousta kohtuuttomiksi suhteessa tuottajan saamaan osuuteen. Yksi konkreettinen keino olisi lisätä läpinäkyvyyttä ruuan hinnan muodostumisessa: kuinka suuri osa hinnasta menee tuottajalle, jalostajalle ja kaupalle. Tilojen kilpailukykyä tulisi lisätä sertifioinnilla.

Nuorten kiinnostusta maatalousalaan olisi hyvä lisätä. Tätä kiinnostusta voidaan lisätä muun muassa koululaisille suunnatuilla tilavierailuilla, joita koulut järjestävät opetussuunnitelman mukaan. Valtion tulisi tukea pientilojen mahdollisuutta palkata nuoria kesätöihin. Pientilojen tukeminen tekisi myös alasta houkuttelevampaa nuorille. Ammattiliiton tulisi parantaa tukikeinoja, joista nuoret maatalousyrittäjät saisivat apuja ja neuvoja sekä ekologiin päätöksiin että tilan kannattavuuden lisäämiseksi.

Sukupolvenvaihdos tulisi voida toteuttaa verottomasti ja tukea uusien maatalousyrittäjien aloittamista starttirahalla.

Julkisissa ruokapalveluissa (koulut, sairaalat, armeija) pitäisi priorisoida kotimaista ruokaa, esimerkiksi mahdollisimman pitkällä tuotantosopimuksilla paikallisten tuottajien kanssa.

Tiedon ja tietoisuuden lisääminen

Nykyisessä tietotulvassa luotettava ja tieteellinen tieto on erityisen tärkeää virheellisen tiedon kumoamiseksi. Kansalaiset tarvitsevat selkeitä vastauksia esimerkiksi ruuan alkuperästä, tuotantotavoista sekä vaikutuksista ilmastoon, luontoon, eläinten hyvinvointiin ja talouteen. Ruokajärjestelmä ja sen osa-alueet ovat tulleet monille suomalaisille melko vieraiksi kaupungistumisen myötä. Kulutuspäätöksiä ei voida tehdä vastuullisesti, jos tietopohja on puutteellinen. Siksi tiedon on oltava avointa, läpinäkyvää ja tutkittua. Samalla sen tulee olla neutraalia, ja rakentavaa ja saavutettavaa; ruokakeskustelua ei pidä kärjistää tai syyllistää, vaan tarjota yhteisiä, yhdistäviä näkökulmia.

Lisäksi sosiaalisen median merkityksen kasvaessa nyky-yhteiskunnassa, moni helposti uskoo siihen mitä netin valtavan tietotulvan kautta tulee vastaan. Samalla omaehtoinen tiedonhaku saattaa vähentyä, jolloin erityisesti he, joilla on jo valmiiksi vaikeampi tai kiireisempi elämäntilanne eivät yksinkertaisesti jaksa tai ehdi perehtymään kyseisiin asioihin sen tarkemmin.

Ruokakasvatuksen vahvistaminen kouluissa ja muissa oppimisympäristöissä on tärkeä keino tarjota nuorille konkreettista tietoa ja valmiuksia tehdä vastuullisia valintoja. Samalla tiedon levittäminen erityisesti sosiaalisen median, julkisen viestinnän ja muiden vaikuttavien kanavien kautta auttaa kuluttajia ymmärtämään ruuan alkuperästä sekä terveys- ja ympäristövaikutuksista. Tietoisuuden lisääminen ei siis ole pelkästään koulutuksen asia, vaan se vaatii monipuolisia keinoja ja rakenteellisia ratkaisuja, jotta jokainen voi tehdä tietoisia ja kestäviä valintoja arjessa.

Koulujen opetuksessa on panostettava laadukkaaseen ja monipuoliseen ruokakasvatukseen. Opetussuunnitelmaan tulisi lisätä ruokakasvatusta alakoulusta lähtien. Alakoululaisten ruokakasvatus voisi sisältää esimerkiksi vanhempien kanssa yhdessä tehtäviä kotitehtäviä. Opetukseen tulisi kuulua myös maatilavierailuja, työelämäharjoitteluja ja ruoka-alan asiantuntijoiden vierailuita. Tämän voisi opinto-ohjaajan tuella kohdentaa yläkoululaisille ja toisen asteen opiskelijoille, jotka pohtivat omaa urapolkuaan. Lisäksi kotitalousopettajilla voisi olla vastuu ympäristö- ja terveysvaikutuksista keskustelusta, sekä kasvipainotteisen ruuan valmistuksen opettelusta.

Sosiaalinen media on ehdottomasti keino lisätä tietoisuutta ja yhteistyö vaikuttajien kanssa on helppo keino saada pääsy nuorten silmiin päättyvään mediaan, mukaan lukien he, joita perinteinen viestintä ei muuten kosketa. Ruoka-aiheisiin keskittyvän kanavan tulisi tehdä yhteistyötä tunnettujen vaikuttajien kanssa, sekä tuottaa sisältöä monella eri tyylillä ja kielellä. Huomiota herättävät ja ytimekkäät tietoisutukset sekä vaikuttajien tekemät kampanjat yhteistyössä esimerkiksi MMM:n kanssa voisivat herättää nuorten kiinnostusta omaa toimintaansa kohtaan osana ruokaketjua, sekä koko alaa kohtaan jatko-opintoja tai työllistymistä ajatellen. Myös maataloja tulisi kannustaa julkaisemaan sisältöä sosiaaliseen mediaan esimerkiksi omasta arjestaan. Julkiset tahot, kuten MMM, voisi tarjota maanviljelijöille tukea, työkaluja, ja jopa henkilöstöä tämän kaltaisen sisällöntuotannon käynnistämiseksi.

Kaikkien mahdollisuus terveelliseen ruokaan

Kaikilla tulee olla mahdollisuus ostaa ja syödä ravitsemussuositusten mukaista terveellistä ruokaa. Tämä tarkoittaisi sitä, että terveellinen ruoka on sen hintaista, että kaikki pystyisivät sitä kuluttamaan. Terveellinen ruoka on nuorille tärkeää koska se tukee kasvua, terveyttä, oppimista ja hyvinvointia nyt ja tulevaisuudessa. Kaikki alkaa lapsuudesta, kotona opitut ruokailutottumukset usein kantavat nuorille omaan elämään. On tärkeää, että jo lapsuudesta asti opitaan syömään monipuolisesti, usein ja tarpeeksi. Myös julkisten tahojen kuten koulujen rooli on tärkeä ja niiden tulee tarjota terveelliset ja monipuoliset ruokavaihtoehdot. Tietoisuus terveellisestä ruuasta edesauttaa terveellisen ruuan kulutusta. Siitä syystä on tärkeää lisätä nuorten tietoisuutta koulussa tai muissa kanavissa, joissa nuoret tavoitetaan. Kun syömme terveellistä ruokaa, koko yhteiskunnan hyvinvointi kasvaa ja hoitokulut pienenevät.

Kauppojen tuotesijoittelua tulisi ohjata siten, että terveelliset vaihtoehdot ovat helpommin saatavilla ja näkyvästi esillä. Kauppojen bonusjärjestelmä voisi kannustaa terveellisten vaihtoehtojen valitsemiseen. Kuluttajille, erityisesti nuorille, tulee tarjota tietoa ruuan terveellisyydestä ja ruokakasvatusta tulee vahvistaa kouluissa ja muissa oppimisympäristöissä (ks. edellinen kohta).

Neuvolassa tulisi lisätä ja varmistaa huoltajien tietoisuutta monipuolisesta kasvusta ja kehitystä tukevasta

ruuasta. On tärkeää, että jo lapsuudesta asti opitaan syömään monipuolisesti, usein ja tarpeeksi. Hyvä suhde ruokaan ja ruuanlaittotaidot ovat arvokkaita asioita elämässä, koska ruoka on osa jokapäiväistä elämäämme. Huoltajien vastuu tämän edistämisessä on suuri ja suhteellisen yksinkertainen. He tarjoavat lapsille monipuolista ja ravitsevaa ruokaa ja osallistavat lapsia mukaan ruuanlaittoon. Myös herkut kuuluvat välillä elämään, eikä vanhempien kannata täysin kieltää niitä lapsilta.

Koulussa ja varhaiskasvatuksessa voidaan korostaa terveellisen ruuan tärkeyttä terveydelle. Sen sijaan, että terveystiedon opetus aloitetaan vasta 7. luokalla, terveystieto pitäisi lisätä opetussuunnitelmaan jo varhaisemmille luokille. Terveellistä ruokaa pitäisi tarjota kouluissa, jolloin se sisältyy ihmisten ruokailutottumuksiin nuoresta pitäen. Kasvisruokavaihtoehdot tulisi tuoda esiin kaikessa koulujen arjen ruokailuissa erikseen korostamatta, että se on kasvisruokaa. Lisäksi voisi yhdistellä samoihin ruokiin sekä kasvi- että eläinperäisiä proteiineja. Kasvisten lisääminen ruokaan edistää monipuolista ja terveellistä ruokavaliota. Kasvisruuan tulisi olla helposti saavutettava ja maistuva vaihtoehto, mutta ei pakollinen. Kouluruuan tuotanto keskuskeittiöissä vaikuttaa ruuan makuun ja laatuun, joten sen tuotanto tulisi siirtää pois keskuskeittiöistä takaisin paikallisiin keittiöihin, jolloin ruuan laatu, terveellisyys sekä maku parantuisi.

Nuorten ruokaraati keskusteli myös siitä, että terveelliselle ruualle tulisi asettaa matalampi verotus ja epäterveellisille tuotteille korkeampi, jotta kuluttajia ohjataan terveellisempiin valintoihin. Edullisempi hinta mahdollistaisi terveellisen ruuan hankkimisen myös useammille tulotasosta riippumatta. Konkreettisena toimena jo toimivan sokeriveron rinnalle voisi asettaa vastaavanlaisen veron esimerkiksi epäterveellisille rasvalle tai eineksille. Enemmistö Nuorten ruokaraadin osallistujista kannatti verotuksen eriyttämistä, mutta tästä oli eräviä mielipiteitä koska terveellisen ruuan määrittely on haastavaa. Nuorten ruokaraati näkee tärkeänä, että hintaohjaus ei lisää ihmisten eriarvoisuutta ja mahdollisuuksia erilaisten ruokien kuluttamiseen.

Tuotantoeläinten hyvinvointi

Eläimillä on oikeus hyvään elämään, eikä tuotantoa saa tehostaa eläinten hyvinvoinnin kustannuksella. Hyvinvoivat tuotantoeläimet tuottavat laadukasta ruokaa. Hyvinvointi on eläimille itselleen tärkeää, koska myös tuotantoeläimet ovat tuntevia olentoja. Tuotantoeläinten hyvinvointi on meille nuorille tärkeä teema, sillä se kertoo siitä, millaisena yhteiskuntana arvostamme muiden elävien olentojen oikeuksia ja eettistä vastuuta ruuantuotannossa. Tuotantoeläinten olosuhteita pitäisi parantaa askel kerrallaan, jotta mahdollistetaan eläinten lajityypillinen käyttäytyminen ja tilojen pysyminen muutoksen mukana.

Tuotantoeläimiin liittyvää lainsäädäntöä tulee tiukentaa. Tällä hetkellä tuotantoeläinten olosuhteita laiminlyödään niin tiloilla kuin mm. eläinten kuljetuksessa teurastamoille. Nykyisellään monilla tuotantotiloilla eläimillä ei ole mahdollisuutta liikkua riittävästi ja elintilat ovat sopimattomat lajityypillisen käytöksen toteuttamiseen. Lakiin tulisi kirjata vaatimukset kunkin tuotantoeläinlajin lajityypillisen käytöksen tarpeista.

Lainsäädännön keinoin tulee lisätä tuotantoeläinten olosuhteiden valvontaa nykyisestä tasosta. Kaikille tuotantotiloille tulee kohdistaa tilavierailuja säännöllisin väliajoin, jotta olosuhteet voidaan tarkistaa. Tilavierailu tulee voida tarvittaessa tehdä etukäteen ilmoittamatta, jotta olosuhteet tilalla vastaavat vallitsevaa tilannetta. Mikäli valvontakäynnillä havaitaan puutteita suhteessa lainsäädäntöön, on viranomaisella oltava keinot riittävän tuntuvien sanktioiden käyttöön. Lakiin tulee asettaa sakkomääräykset siitä, jos tiloilla, kuljetuksessa tai teurastuksessa laiminlyödään eläinten oloja tai hyvinvointia. Maataloustukien edellytyksenä on tilatarkastusten läpäisy. Toistuvat tuotantoeläinten laiminlyönnit poistaisivat maataloustuet.

Eläimien mahdollisuudet turvalliseen elämään on mahdollistettava koko elinkaaren ajaksi. Kuljetustilanteet ovat eläimille ahdistavia ja kuljetusolosuhteet voivat olla hyvin inhottavia. Eläimet ovat kuljetusvälineissä

tiivisti ehdettuina. Pahimmillaan matkoja tehdään kovissa helteissä vailla minkäänlaista ilmastointia ja tuule-
tusta. Eläinten kuljetusolosuhteiden parantaminen tulee kirjata lakiin. Lainsäädännössä sallitaan nykyisellään
laaja kirjo tainnutuskeinoja tuotantoeläimille. Näistä keinoista jotkin ovat varsin epäeettisiä. Monien tuotanto-
eläinten osalta sallitaan tainnutus iskulla päähän – tainnutus ei aina onnistu aiheuttamatta kipua, hämmen-
nystä ja stressiä eläimelle. Sikojen kaasukammiotainnutus on stressaava ja ahdistava tainnutusmenetelmä.
Näistä tainnutusmenetelmistä tulisi luopua lainsäädännön kautta. Vaihtoehtoisia tainnutusmenetelmiä tulisi
selvittää ja kehittää sekä jakaa puolueetonta tietoa kuluttajille.

Tuotantoeläinten ylijalostukseen tulee puuttua, sillä nykypäivänä tuotantoeläimet ovat niin ylijalostettuja, että
se heikentää eläinten terveyttä ja hyvinvointia. Ylijalostus aiheuttaa eläimille esimerkiksi luusto- ja sydänon-
gelmiä sekä vaikeuksia liikkua. Ylijalostukseen voitaisiin puuttua lainsäädännön keinoin esimerkiksi rajoitta-
malla sellaisten eläinlinjojen käyttöä, joiden hyvinvointiongelmia ovat tieteellisesti osoitettuja, asettamalla
jalostusohjelmille hyvinvointikriteereitä ja velvoittamalla tuottajat käyttämään vain sellaisia rotuja ja lajikkei-
ta, joiden kasvu ja tuotantokapasiteetti eivät ylitä eläimen fysiologisia rajoja.

Lain vaatiman tason lisäksi voidaan toimia myös vielä paremmin: voidaan turvata eläimille vielä paremmat
olosuhteet, huomioida ympäristö korkeatasoisemmin jne. Tällaisia toimia voidaan mitata ja tuoda näkyviksi
erilaisten sertifiointien avulla. Suomessa tulisi ottaa käyttöön eläinten hyvinvointi –merkki, jota voidaan lähteä
edistämään myös EU-tasolla. Sertifiointi parantaa kotimaisen ruuan tuotannon kilpailukykyä ja toimii kannus-
teena tuottajalle.

Luonnon ja ilmaston hyvinvointi

Luonto- ja ilmastohaittojen vähentäminen on äärimmäisen tärkeä aihe, joka tulee huomioida, sillä ilman toi-
mivaa ja terveellistä ympäristöä ei ole ruokaakaan. Luonnon ja ilmaston hyvinvointi ovat edellytys myös tu-
levaisuudessa elämälle.

Ruuantuotannossa ylivoimaisesti eniten päästöjä aiheuttaa eläintuotanto. Kasvisravinnon pienempien pääs-
töjen vuoksi tätä tulisi sekä lisätä että suosia eläinperäisen ruuan sijaan. Hinnoittelulla voi ohjata ihmisiä os-
tamaan kasvipainotteista ruokaa. Kasvis- ja hybridiruoka ovat tehokkaita tapoja vähentää lihantuotannon
kautta tulevaa kuormitusta.

Ruuantuotannon energiatarve on suurta. Kiertotalouden ratkaisut, kuten ravinteiden kierrätys, kompostoin-
ti ja orgaanisten sivuvirtojen hyödyntäminen voivat pienentää maatalouden ympäristöjalanjälkeä merkit-
tävästi. Tuotantoketjussa aina alkutuotannosta kauppaan kiertotalouden ratkaisulla voidaan pienentää
ilmastovaikutuksia. Materiaalien kierrätys kaikissa tuotannon vaiheissa tehokkaasti ja tarkoituksenmukaises-
ti on tärkeää. Teknologiset innovaatiot, kuten energiatehokkaat tuotantotavat, älykkäät kastelujärjestelmät,
biokaasulaitokset, uudet vähäpäästöiset lannoitteet sekä ilmastokestävät kasvilajikkeet auttavat tekemään
ruuantuotannosta sekä ekologisesti että taloudellisesti kestävää.

Ruokahävikin vähentäminen on todella tärkeää, esimerkiksi joustavilla käytännöillä ja kelvollisen ruuan hyö-
dyntämisellä, jotta ruokaa ei päätyisi tarpeettomasti jätteeksi. Myös ravintoloiden tulisi keskittyä vähentä-
mään ruokahävikkiä, ja kannustaa asiakkaita vähentämään heidän omaa ruokahävikkiään esim. biojäte-
vaaioilla.

Yksilöllä on myös suuri vaikutus ja vastuu ruokahävikin ja ylikulutuksen vähentämisessä. Kuitenkin itse tuotan-
to vaikuttaa ilmaston ja luonnon hyvinvointiin mitä suurimmissa määrin.