

Vetoamus energiajuomien myymisen rajoittamisesta alle 15-vuotiaille Liperissä

Kevään 2025 kouluterveyskyselyn tulokset näyttävät, että nuorten energiajuomien juominen on lisääntynyt. Kyselyyn vastasivat lukuvuoden 2024–2025 8. ja 9. luokkalaiset. Liperin nuorisovaltuusto ja Ylämyllyn koulun Vanhempainneuvosto Rumpu ry ovat tuloksesta huolissaan. Yhteisenä tavoitteena on vähentää liperiläisten nuorten energiajuomien käyttöä. Yhtenä keinona nähdään energiajuomien myynnin rajoittaminen. Nuorisovaltuusto ja Vanhempainneuvosto Rumpu mieltivät yhdessä myös muita toimenpiteitä, joilla energiajuomien käyttö nuorten keskuudessa saadaan vähenemään.

Energiajuomien keskeiset haittavaikutukset lapsilla ja nuorilla liittyvät uni- ja keskittymishäiriöihin ja ruokavalion laadun heikkenemiseen energiajuomien korvatesa ruokaa (terveyskirjasto.fi). Kouluterveyskysely vahvistaa, että myös Liperissä edellä mainitut ilmiöt näkyvät nuorten arjessa päivittäin. Kouluterveyskyselyn mukaan yhä useammat nuoret jättävät Liperissä aamupalan ja kouluruoan syömättä korvaten tärkeät ateriat energiajuomilla. Vuoden 2023 kouluterveyskysely kertoo, että 68 % yläkoululaisista syö aamupalan. Vuonna 2025 tulos oli tippunut 13 %. Eli vain noin puolet liperiläisistä yläkoululaisista syövät aamupalan. Kouluruoan söi päivittäin vuonna 2023 68 % yläkoululaisista, kun sama luku tänä vuonna oli 62 %.

Nuorten energiajuomien käytössä huolestuttaa vähäinen tutkimustieto niiden vaikutuksista, sillä energiajuomat ovat uusi ilmiö. Tämän päivän aikuiset eivät ole juoneet energiajuomia nuoruudessaan. Suomessa Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (THL) sekä Maailman terveysjärjestö WHO suosittelevat energiajuomien myynnin rajoittamista lapsille. Monissa Euroopan maissa energiajuomien myyntiä lapsille on jo rajoitettu. Muun muassa Norja on kieltänyt energiajuomien myymisen alle 16-vuotiaille.

Liperissä on jo lähdetty edistämään energiajuomien käytön rajoittamista. Liperin kunnan kouluissa ja nuorisotiloilla sekä muissa Liperin kunnan tiloissa energiajuomat ovat kiellettyjä. Positiivisiin valintoihin nuoria kannustetaan yläkoulussa mm. oppilaskunnan hallituksen aamupalakioskeilla. Vuoden 2025 lopulla yläkoulun koulunuorisotyö on aloittanut aamupuuron keittämisen kerran viikossa. Se tarjotaan ensimmäisellä välitunnilla. Puuron avulla pyritään saamaan nuoret ymmärtämään aamupalan tärkeys. Vanhempainneuvosto Rumpu on tukenut taloudellisesti aamupuurotarvikkeiden hankintaa.

Liperin nuorisovaltuusto pyrkii edistämään kaikkien liperiläisten nuorten hyvinvointia. Energiajuomien lisääntyvä käyttö on nuorisovaltuustonkin mielestä hälyttävää, jonka vuoksi he ovat mukana vähentämässä nuorten energiajuomien käyttöä. Liperin nuorisovaltuusto päätti olla mukana kannattamassa Suomen nuorisovaltuustojen yhteistä aloitetta energiajuomien myynnin rajoittamisesta.

Vanhempainneuvosto Rumpu ry uskoo, että energiajuomien myynnin rajoittaminen (ikärajat) olisi merkittävä teko liperiläisten nuorten terveyden edistämiseksi ja osoittaisi yhteiskuntavastuuta lasten ja perheiden hyvinvoinnin tukemiseksi.

Nuorten ohjaus- ja palveluverkosto PAVE vetoaa vanhempien vastuuseen lasten ja nuorten energiajuomien käytössä. Esimerkki lasten ja nuorten energiajuomien käytöstä tulee usein kotoa. Vanhemmat sallivat energiajuomien käytön, keskustelematta lapsen kanssa energiajuomien aiheuttamista haitoista, osittain siksi, etteivät he itsekään tiedosta energiajuomien

haittavaikutuksia. Vanhempien olisi hyvä sopia lapsen kanssa, mitä rahoilla voi hankkia ja että energijuomat eivät ole sallittuja.

Liperin nuorisovaltuusto ja Vanhempainneuvosto Rumpu ry muistuttavat, että kyse ei ole vain yksittäisten lasten valinnoista, vaan laajemmasta kansanterveydellisestä ja kasvatuksellisesta kysymyksestä. Tästä syystä Liperin nuorisovaltuusto, Vanhempainneuvosto Rumpu ry ja Nuorten ohjaus- ja palveluverkosto PAVE esittävät, että liperiläiset energijuomaa myyvät yritykset kieltävät energijuomien myynnin alle 15-vuotiaille.

Allekirjoittaneet tahot keräävät adressia vetoamuksen tueksi liperiläisiltä.

Yhteistyöterveisin,
Liperin nuorisovaltuusto
Vanhempainneuvosto Rumpu ry
Nuorten ohjaus- ja palveluverkosto PAVE