

29.-30.10.

LISÄÄ LIIKETTÄ

Liikkumisen iloa ja hyvinvointia

-seminaari

 Lupa- ja
valvontavirasto

LIIKU

www.liiku.fi/lisaaliiketta

LISÄÄ LIIKETTÄ -SEMINAARI

29. - 30.10.2026

Marina Palace Hotel ja Viking Grace

“Mitä syntyy, kun saman katon alle kokoontuvat ihmiset, joita lasten ja nuorten hyvinvointi, liikkuminen ja aktiivinen arki yhdistävät?”

Lisää liikettä -seminaari kutsuu yhteen kasvatus-, opetus-, ohjaus- ja hyvinvointialojen ammattilaisia sekä kaikkia lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja aktiivisen arjen edistämisestä kiinnostuneita kohtaamaan, oppimaan ja inspiroitumaan. Luvassa on ajankohtaisia puheenvuoroja, käytännön työkaluja, osallistavia työpajoja sekä uusia kohtaamisia. Seminaariin ovat tervetulleita osallistujat alueesta riippumatta; sillä parhaat ideat, uudet näkökulmat ja merkityksellisimmät yhteistyöt syntyvät yhdessä.

VERKOSTOITUMISEN VOIMA

Rennolla ja ohjatulla tavalla toteutettu yhteinen verkostoitumishetki tuo osallistujat yhteen. Tutustu uusiin ihmisiin, vaihda ajatuksia ja luo ensimmäisiä kontakteja matalalla kynnyksellä. Yhdessä rakennamme tunnelman, joka kantaa läpi koko seminaarin.

VALINNAISET TYÖPAJAT & LUENNOT

Rakenna oma seminaaripäiväsi valitsemalla kolme itseäsi kiinnostavaa sisältöä. Tarjolla on käytännönläheisiä työpajoja, hyvinvointia tukevia sisältöjä ja ajankohtaisia asiantuntijaluentoja, jotka tarjoavat uusia ideoita ja työkaluja arkeen sekä lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja liikkumisen edistämiseen.

MUKANA TOTEUTTAMASSA

Lisää Liikettä -seminaari rakentuu yhteistyössä. Seminaarin järjestää Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry yhteistyössä Lupa- ja valvontaviraston kanssa. Mukana seminaaria mahdollistamassa ovat myös Liikkuva varhaiskasvatus-, Liikkuva koulu- ja Liikkuva opiskelu -ohjelmat. Lisäksi seminaarin toteutusta tukevat Lisää liikettä -hanke sekä opetus- ja kulttuuriministeriö. LiikU pidättää oikeuden muutoksiin.

www.liiku.fi/lisaaliiketta

LISÄÄ LIIKETTÄ - Liikkumisen iloa ja hyvinvointia -seminaari

OHJELMA:

Torstai 29.10.2026 Marina Palace Hotel & Viking Grace

- 16:00 Kahvitarjoilu
17:00 Tervetulosanat
17:15 Verkostoitumisen voima
17:45 Aloituspuheenvuoro: Lauri Nummenmaa
“AIVOT LIIKKEELLE!”
18:45 Yhteiskoonti: Kohta kohti merta!
19:00 Siirtyminen terminaaliin
20:30 Laivaannousu, Viking Grace
21:00 Illallinen, Buffé Aurora

Työpajakuvaukset



ilmoittaudu
viimeistään 27.9.

Perjantai 30.10.2026 Viking Grace

- 06:30 - 08:45 Aamiainen, Buffé Aurora
09:00 Aamustartti: Yhdessä vauhtiin!
09:15 - 12:35 Valinnaiset työpajat, valittavissa 3 työpajaa.
12:45 Päätöspuheenvuoro: Joni Jaakkola
“YMPÄRIVUOTISEN HYVÄN VIREEN KULMAKIVET
- teoriaa ja vinkit arkeen”
13:45 Yhteinen päätös: Energialla eteenpäin!
15:00 Lounas, Buffé Aurora
19:50 Viking Grace saapuu Turun satamaan, hyvää kotimatkaa!

“AIVOT LIIKKEELLE!”

Mitä aivoissasi tapahtuu, kun liikut ja miksi sillä on väliä joka päivä? Liikkuminen toimii aivojen täsmälääkkeenä. Se kohottaa mielialaa ja vahvistaa aivojen toimintakykyä. Nummenmaa avaa oivaltavasti liikkeen vaikutuksia aivoihin ja hyvinvointiin.

Puheenvuoro tekee näkyväksi, miksi aivojen kannalta ratkaisevaa on aktiivinen ja toiminnallinen arki lapsille ja nuorille kuin kasvatus- ja opetusalojen ammattilaisille omassa arjessaan.

A circular portrait of Lauri Nummenmaa, a middle-aged man with light brown hair, wearing a white button-down shirt. He is smiling and pointing his right index finger towards the viewer. The background is black.

LAURI NUMMENMAA

Professori,
Marina Palace Hotel, Turku

“YMPÄRIVUOTISEN HYVÄN VIREEN KULMAKIVET” - teoriaa ja vinkit arkeen



JONI JAAKKOLA

Hyvinvointialan moniottelija

Viking Grace

Miksi hyvä olo ei pysy, vaikka tiedät mitä pitäisi tehdä? Tässä puheenvuorossa opit muuttamaan tiedon teoiksi ja oivallukset arjen valinnoiksi. Opit hahmottamaan mitkä hyvinvoinnin kulmakivet rakentavat ympärivuotisen hyvän vireen kestäväällä tavalla ja niin, että se mahtuu kiireiseenkin arkeen.

Saat myös lisää ymmärrystä siihen miksi elämäntapamuutoksen aloittaminen tuntuu mahdottomalta ja mitä tehdä, jotta motivaatio parempien valintojen tekemiseen säilyy ympäri vuoden.

www.liiku.fi/lisaaliiketta

Liiku

TYÖPAJAKUVAUKSET, VIKING GRACE

Valitse näistä itsellesi ensimmäinen työpaja

**09:15 -
10:15**



LIIKE VELVOITTEESTA VOIMAVARAKSI

Liike velvoitteesta voimavaraksi -työpaja tarjoaa esi- ja perusopetuksen henkilöstölle ajankohtaisen katsauksen uuteen liikunnallisen elämäntavan lakiin ja sen käytännön toteuttamiseen. Työpajassa keskitytään lain velvoitteiden lisäksi siihen, miten sitoutumista voidaan vahvistaa arjessa sekä millaisia ratkaisuja kunnissa on jo kehitetty. Osallistujat pääsevät jakamaan kokemuksiaan ja pohtimaan yhdessä, miten liike voi muuttua velvoitteesta aidoksi voimavaraksi koulu yhteisössä.

*Anssi Saiha, Kasvatusalan liikunnan asiantuntija, liikuntakoordinaattori
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus*

KUVAT JA TUKIVIITTOMAT OSALLISUUDEN TUKENA HARRASTUSTOIMINNASSA

Opi ymmärtämään kuvatuon ja tukiviittomien merkitys osallisuuden ja saavutettavuuden tukena. Saa käytännön työkaluja ja vinkkejä siihen, kuinka voit hyödyntää visuaalista tukea ohjauksissa, siirtymätilanteissa sekä ryhmän hallinnassa. Kaksikielinen työpaja, ohjaus samanaikaisesti suomeksi ja ruotsiksi.

*Sandra Westerholm & Anet Rilanto, kommunikaatio-ohjaaja, TeckenSandra Oy Ab
Kohderyhmä: Harrastamisen edistäminen*

MAJBLOMMANS RÖRELSEÄVENTYR - MAJBLOMMAN LIKUNTASEIKKAILU

Majblomman Maj -liiketyöpaja Majblomman Maj on kadottanut kauniit terälehtensä ja saa ne takaisin lasten liikkeen ilon avulla. Viisipäiväisen kampanjan aikana lapset harjoittelevat perusmotorisia taitoja ja viikko huipentuu yhteiseen liikuntajuhlaan, johon koko perhe on tervetullut mukaan. Materiaalikonaisuus sisältää Majn tarinan lisäksi bingoruudukoita, ikätasoon sopivia liikuntaleikkejä sekä ideoita askarteluun. Työpajassa liikutaan ja leikitään.

*Jette Timgren, sakkunnig i fysisk aktivitet och återhämtning, Folkhälsan
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus ja harrastamisen edistäminen*

VESIPÄTEVYYDEN ÄÄRELLÄ

Mitä vesipätevyys on ja miten sitä voi kehittää myös ilman allasta, osana luokkaopetusta? Tässä työpajassa tutustut Helsingin ratkaisuihin ja esimerkkeihin ja saat toiminnallisia ideoita, miten voit vahvistaa oppilaiden taitoja liikkua veden äärellä ja jäällä ympäri vuoden.

*Laura Pirhonen, pedagoginen asiantuntija
Kohderyhmät: Perusopetus ja 2. aste*

TYÖPAJAKUVAUKSET, VIKING GRACE

Valitse näistä itsellesi ensimmäinen työpaja

09:15 -

10:15



HERMOSTON YMMÄRRYKSELLÄ LIIKKEELLÄ

Miksi liike rauhoittaa toista, mutta kuormittaa toista? Tässä työpajassa tehdään näkyväksi ja opitaan tunnistamaan, mitä hermoston ylivireys, alivireys ja maskaaminen kertovat käyttäytymisen taustalla. Tarkastelemme myös miten ympäristö vaikuttaa hermoston tilaan ja sitä kautta toimintaamme.

Miia Ylijoki

Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen, nuorisotoimi

NEPSY-PIIRTEET VARHAISKASVATUKSESSA - KEHON KAUSTA VIREYSTILAAN VAIKUTTAMISTA JA RYTMIÄ PÄIVÄÄN

Työpajassa löydetään yhdessä keinoja vaikuttaa lapsen (ja omaan) vireystilaan myös käytännön harjoituksia tehden. Pohdimme myös kuinka reagoida vireystilojen vaihteluihin, ennaltaehkäistä vireystilan nousemista liiaksi ja tehdä vireystila näkyväksi?

Alli Liljeström, toimintaterapeutti

Kohderyhmä: Varhaiskasvatus

RAUHOITAVA RENTOUTUMINEN OSANA HYVINVOINTIA

Rentoutuminen on todettu rauhoittavan mieltä ja kehoa monella tapaa, kuten vähentämällä kuluttavia jännitystiloja, tehostamalla kehon voimavarojen palautumista ja laskemalla stressihormonien tasoa. Työpajassa pääset konkreettisesti kokeilemaan erilaisia rentoutusmenetelmiä, kuten hengitys- ja lihasrentoutusta sekä läsnäolo- ja mielikuvaharjoitteita. Rentoutumisen huomaa kehossa esimerkiksi hengityksen tasaantumisenä, lihasten rentoutumisena sekä kivun lievittymisenä. Tule rentoutumaan meren aalloilla ja ottamaan itsellesi palauttava hetki.

Satu-Maria Ruotsalainen, liikunta- ja hyvinvointialan yrittäjä, kirjailija

Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi

TEKOÄLY, AJATTELU JA OPPIMINEN - UHKA VAI MAHDOLLISUUS?

Miten voidaan varmistaa, että oppimista ja ajattelua ei ulkoisteta tekoälylle? Millä eväillä oppilaitoksissa ja vapaa-ajalla tekoälystä saadaan aktivoiva sparrauskaveri ja voidaan kääntää uhkia mahdollisuuksiksi? Tule kuulemaan ajankohtaisia esimerkkejä, herättelemään ajatuksiasi ja etsimään yhdessä vastauksia näihin tärkeisiin kysymyksiin.

Mika Suutari, Head of Learning Environment Development, Turku AMK

Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi

TYÖPAJAKUVAUKSET, VIKING GRACE

Valitse näistä itsellesi toinen työpaja

10:25 -

11:25



LIIKUNTATAITOJEN OPETTAMINEN

VARHAISKASVATUKSESSA UUSILLA INNOSTAVILLA TAVOILLA

Motoriset perustaidot rakentavat pohjan lapsen liikunnalliselle elämäntavalle ja minäkuvalle. Pureudumme lyhyesti teoriaan siitä, miksi sujuva kehonhallinta on varhaisvuosina merkittävää ja mitä se on. Tämän jälkeen siirrymme käytäntöön ja kokeilemme hauskoja, tapoja tukea pienten lasten motorista kehitystä parkourin ja sirkuksen kautta. Tule hakemaan konkreettiset työkalut, joilla teet päiväkodin arjesta innostavan ja monipuolisen liikuntaseikkailun.

*Hämähäkki Perttu ja Rasmus Kuvaja, Parkour Akatemia
Kohderyhmä: Varhaiskasvatus*

HYVÄN MIELEN AVAIMET

Kuinka usein lataat puhelintasi? Kuinka usein lataat omia akkujasi? Mistä saat energiaa ja mistä hyvinvointiasi rakentuu? Työpajassa hyödynnetään kognitiivista käyttäytymistiedettä, ratkaisukeskeisyyttä ja positiivista psykologiaa. Oivalluksia tuottavien harjoitteiden avulla löydät ratkaisuja oman jaksamisesi tukemiseen ja ylläpitämiseen. Työpaja avartaa käsityksiäsi itsestäsi ja tarjoaa uusia näkökulmia hyvinvointiasi vahvistamiseen.

*Satu-Maria Ruotsalainen, liikunta- ja hyvinvointialan yrittäjä, kirjailija
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi*

NEPSY-OPPILAS KOULUSSA - MITEN TUKEA VIREYSTILAA JA KESKITTYMISTÄ KEHOLLISESTI?

Innostutaan yhdessä löytämään vaihtelevien vireystilojen ja ympäristöjen tarpeisiin käytännön vinkkejä, kokeillaan ja ideoidaan liikkeitä ja peilataan omiin tarpeisiimme arjessa.

*Alli Liljeström, toimintaterapeutti
Kohderyhmät: Perusopetus, 2. aste ja korkeakoulu*

KOHTAA, KUULE JA KANNUSTA - LIIKUNTANEUVONTA LASTEN JA NUORTEN ARJESSA

Työpajassa syvennymme lasten ja nuorten liikuntaneuvonnan erityispiirteisiin perusopetusikäisistä opiskelijoihin. Lyhyen alustuksen jälkeen jaamme kokemuksia ja käytännön keinoja learning café työskentelyssä. Työpaja tarjoaa oivalluksia kohtaamiseen, osallisuuden vahvistamiseen ja asiakaslähtöiseen liikuntaneuvontaan – suoraan sovellettavaksi omaan työhön.

*Kirsti Siekkinen, terveyden edistämisen asiantuntija Liikkuva koulu ja Liikkuva opiskelu, Jyväskylän AMK, Likes.
Kohderyhmät: Perusopetus, 2. aste ja harrastamisen edistäminen, nuorisotoimi*

KOHTI KESTÄVÄMPÄÄ LIIKKUMISEN ILOA: CASE STUDY-TYÖPAJA

Miten tukea liikkeen avulla niin, että se oikeasti lisää hyvinvointia eikä kuormita lisää? Opit tunnistamaan kehotunneyhteyden ja liikkeen tärkeyden hermoston säätelyssä. Teemme pienryhmätyöskentelyä käytännön tapausesimerkkien kautta.

*Miia Ylijoki
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi*

TYÖPAJAKUVAUKSET, VIKING GRACE

Valitse näistä itsellesi toinen työpaja

10:25 -

11:25



YLÄKOULULAISTEN MUKAAN LIIKKUMINEN VAATII MAHDOLLISUUKSIA

13–16-vuotiaille suunnatussa Pauskraft-hankkeessa yhdistettiin oppilaiden kokemustieto ja uusin tutkimustieto. Työpajassa tutustut menetelmiin, joilla yläkoululaiset otettiin mukaan koulupäivän aikaisen liikkumisen suunnitteluun ja toteutukseen. Saat kuulla oppilaiden näkemyksiä siitä, millaiset mahdollisuudet tukevat liikkumista, sekä käytännön vinkkejä aktiivisemmän kouluarjen rakentamiseen. Puhumme pääsääntöisesti yläkoululaisista, mutta sisältöjä voi hyvin soveltaa myös muille asteille sekä sektoreille.

Johan Bäckman, projektledare och Jette Timgren, sakkunnig i fysisk aktivitet och återhämtning, Folkhälsan Kohderyhmät: perusopetus, 2. aste ja harrastamisen edistäminen, nuorisotoimi

KUVAT JA TUKIVIITTOMAT LEIKIN TUKENA VARHAISKASVATUKSESSA

Opi ymmärtämään kuvatuon ja tukiviittomien merkitys osana leikkejä. Saa käytännön työkaluja ja vinkkejä visuaalisen tuen hyödyntämiseen. Kaksikielinen työpaja, ohjaus samanaikaisesti suomeksi ja ruotsiksi.

*Sandra Westerholm ja Anet Rilanto, kommunikaatio-ohjaaja, TeckenSandra Oy Ab
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus*

LIKKUVATKO KAIKKI? -

YHTEISIÄ KEINOJA VÄHÄN LIIKKUVIEN LASTEN TUKEMISEEN

Tässä työpajassa tarkastellaan vähän liikkuvien lasten tunnistamista ja tukemista varhaiskasvatuksessa ja koulun arjessa. Keskustelemme siitä, miksi yhteisiä ja selkeitä toimintamalleja tarvitaan sekä miten toimintakulttuuri voi vahvistaa lasten hyvinvointia ja lisätä liikkumista. Työpajassa käsitellään liikkumisen esteitä ja tarjotaan konkreettisia keinoja havainnointiin, tuen käynnistämiseen ja pitkäjänteiseen seurantaan.

*Anssi Saiha, kasvatusalan liikunnan asiantuntija, liikuntakoordinaattori, VO
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus*

AMAZING LIIKU RACE GOES GRACE

Päivän energisin yhteistoiminta, jossa nokkeluus ja yhteistyö kohtaavat. Luvassa on iloa, oivalluksia ja liikettä. Heittäydy avoimella mielellä mukaan toiminnalliseen aktiviteettiin omalla tavallasi!

*Oona Niittymäki, työhyvinvoinnin ja henkilöstöliikunnan asiantuntija
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen, nuorisotoimi*

TYÖPAJAKUVAUKSET, VIKING GRACE

Valitse näistä itsellesi kolmas työpaja

11:35 -

12:35



LIKKUMISEN ILO KUULUU KAIKILLE - RAKENNETAANKO VAI RIKOTAANKO SITÄ?

Miten puhumme liikkumisesta ja osallistumisesta? Millä sanoilla, teoilla ja kohtaamisilla vahvistamme lapsen ja nuoren rohkeutta liikkua – tai pahimmillaan heikennämme sitä? Työpajassa tarkastellaan yhdenvertaisuutta, osallisuutta ja turvallisen ilmapiirin rakentamista kasvatuksen, opetuksen ja harrastustoiminnan arjessa. Yhteisen pohdinnan keskiössä ovat erityisesti yhdenvertainen kohtaaminen, viestintä ja toimintakulttuuri: miten kohdata lapsi, nuori ja kollega tavalla, joka tunnistaa erilaiset lähtökohdat, arvostaa jokaista ja kutsuu aidosti mukaan.

Amanda Kotaja, paralympiaurheilija

Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi

KEINOT HERMOSTON TASAPAINOTTAMISEEN JA TUNNESÄÄTELYYN

Mitä tehdä, kun kuormitus näkyy kehossa levottomuutena, ahdistuksena, jäähmeytenä tai aggressiivisuutena? Tässä työpajassa tutustutaan konkreettisiin, kehollisiin menetelmiin, joilla hermostoa voidaan rauhoittaa ja tasapainottaa. Pääset myös kokeilemaan harjoituksia, joita voit hyödyntää heti omassa työssäsi.

Miia Ylijoki

Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi

MITEN KOULULAISET INNOSTETAAN LIKKUMAAN

Työpajassa opit, miten motoristen perustaitojen hallinta toimii koululaisen porttina liikunnalliseen elämäntapaan. Työpajan teoriaosuus keskittyy siihen, kuinka koettu osaaminen ja sopiva haastetaso ruokkivat oppilaan sisäistä motivaatiota liikkua. Käytännön harjoituksissa testamme hauskoja ja kaikille sopivia tapoja hioa liikunnallisia perustaitoja parkourin ja sirkuksen työkaluja hyödyntäen. Saat mukaasi tuoreita ideoita, joilla aktivoit oppilaita ja teet liikkumisesta sellaista, joka voittaa ruutuajan houkutukset.

Hämähäkki Perttu ja Rasmus Kuvaja, Parkour Akatemia

Kohderyhmät: Perusopetus, 2. aste, Harrastamisen edistäminen, nuorisotoimi

KUVAT JA TUKIVIITTOMAT OSANA KOULUN ARKEA LIKKUMISEN LISÄÄJÄNÄ

Opi ymmärtämään kuvatuon ja tukiviittomien merkitys osana liikkumisen lisäämisen tuokioita. Saa käytännön työkaluja ja vinkkejä visuaalisen tuen hyödyntämiseen oppitunneilla. Kaksikielinen työpaja, ohjaus samanaikaisesti suomeksi ja ruotsiksi.

Sandra Westerholm ja Anet Rilanto, kommunikaatio-ohjaaja, TeckenSandra Oy Ab

Kohderyhmä: Perusopetus

TYÖPAJAKUVAUKSET, VIKING GRACE

Valitse näistä itsellesi kolmas työpaja

11:35 -

12:35



LIKUTAAN YHDESSÄ

Tervetuloa innostavaan ja osallistavaan työpajaan, joka pohjautuu kirjaan: "Liikutaan yhdessä – Toimintaa pienille koko vuodenkiertoon!" Tämä työpaja tarjoaa iloa, inspiraatiota ja käytännön toimintavinkkejä liikkumisen tuomiseen arkeen – yhdessä! Työpajassa tutustumme hauskoihin, helposti toteutettaviin liikeideoihin ja leikkeihin, joita voit soveltaa eri välineillä, arkisilla tavaroilla, ympäristöissä ja vuodenaikoina. Leikit ovat suunnattu alle 3-vuotiaalle, joita voi soveltaa aina eskareihin saakka ja perheliikuntaan.

*Satu-Maria Ruotsalainen, liikunta- ja hyvinvointialan yrittäjä, kirjailija
Kohderyhmä: Varhaiskasvatus*

LISÄÄ LIKETTÄ LUPA- JA VALVONTAVIRASTON TUELLA

Vuoden 2026 alussa aloittanut Lupa- ja valvontavirasto esittäytyy. Liikuntatoimen ryhmä on kuntien tukena niin koulutusten kuin valtionavustusten muodossa. Käydään läpi liikunnan ja harrastamisen avustuksia, ajankohtaisia asioita avustushauista sekä hankehallinnon perusteet. Työpaja sopii kaikille, mutta erityisesti hankehenkilöstölle ja johdolle.

*Tiina Kaijanen, liikuntatoimen tarkastaja ja Anja Mustonen, tarkastaja
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi*

SYTYTÄ LIIKE SISÄLTÄPÄIN - MOTIVAATIO JA MOTORISET TAIDOT VARHAISKASVATUKSESSA JA KOULUSSA

Tämä työpaja suuntautuu varhais- ja perusopetuksen henkilöstölle ja keskittyy liikkumisen motivaation rakentamiseen psykologisten perustarpeiden näkökulmasta. Lisäksi tarkastellaan lyhyesti motoristen perustaitojen kehitystä 0–8-vuotiailla sekä sitä, miten lapsen herkkyyksikaudet ohjaavat oppimista. Työpaja tarjoaa käytännönläheisiä oivalluksia siitä, miten tukea jokaisen lapsen luontaista halua liikkua ja oppia.

*Anssi Saiha, kasvatusalan liikunnan asiantuntija, liikuntakoordinaattori
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus ja harrastamisen edistäminen*

AMAZING LIIKU RACE GOES GRACE

Päivän energisin yhteistoiminta, jossa nokkeluus ja yhteistyö kohtaavat. Luvassa on iloa, oivalluksia ja liikettä. Heittäydy avoimella mielellä mukaan toiminnalliseen aktiviteettiin omalla tavallasi!

*Oona Niittymäki, työhyvinvoinnin ja henkilöstöliikunnan asiantuntija
Kohderyhmät: Varhaiskasvatus, perusopetus, 2. aste, korkeakoulu, harrastamisen edistäminen ja nuorisotoimi*

www.liiku.fi/lisaaliiketta



**LISÄÄ
LIIKETTÄ**
-SEMINAARI
29.-30.10.2026

www.liiku.fi/lisaaliiketta

 Lupa- ja
valvontavirasto

Liiku