



# Kestävän liikkumisen ajankohtaiset Liikkuvat kokonaisuudessa

Liikkujan viikon ajankohtaiswebinaari 16.5.2024

Tanja Onatsu

Liikkuvat

# LIKKUVAT KOKONAISUUS



FIKSUSTI  
KOULUUN



**LIKKUVA  
AIKUIINEN**

Koordinoija

Likes / Jyväskylän ammattikorkeakoulu

**IKILIKKUJA**

Koordinoija

Ikäinstituutti



**LIKKUVA  
PERHE**

Koordinoija

Suomen Latu

# AJANKOHTAISET



SIKSIKSI  
KOULUUN



LIIKKUVA  
AIKUINEN

## Arkiseikkailu -kampanja

23.9.-6.10.2024

Kampanjan tavoitteena on kannustaa perheitä liikkumaan arkimatkoja lihasvoimin ja pysähtymään yhdessä ihmettelemään ympäristöä.



TASKU-LAMPULLINEN ILTAKÄVELY	JALASTA KIINNI JA SULKEKAA SILMÄT	TUTKIKAA ÖTTIÄISIÄ	RAKENTAKAA PESÄ ELÄIMILLE	LUONTO-ORKESTERI
LUONTO-TREFFIT	RISU-HYPPELY	PEILI-TANSSI	IDEA-VERSTAS	VALLOITTAKAA VUORI
KEPEISTÄ KIRJAIN	SEURATKAA LAPSI-JOHTAJAA	TSEMPPI-LIIKE	JUOSKAA SATEESSA	TOTEUTTAKAA HIEKKARATA
KÄSI-KÄDESSÄ TASAPAINOILU	KERÄTKÄÄ 5 KÄPYÄ	LIKKUKAA LEMPI-HAHMOINA	LUONTO-IKKUNA	SULKEKAA SILMÄT JA KUUNNELKAA ÄÄNIÄ
JÄRJESTÄKÄÄ VAUHTIAJOT	ETSIKÄÄ KIILTÄVÄ KIVI	KEIHÄÄN-HEITTOA HAVUN-NEULASELLA	EVÄSRETKI	LEIKKIKÄÄ "VAROKAA DINOJA"

LIIKKUVA  
PERHE

ARKI-  
SEIKKAILU

LIIKKUVA  
VARHAISKASVATUS

# AJANKOHTAISET

## Fiksusti kouluun -tietopaja

Ilmoittautuminen vuodelle 2025  
aukeaa syksyllä!

Maksuttomasta tietopajasta  
kunnat saavat:

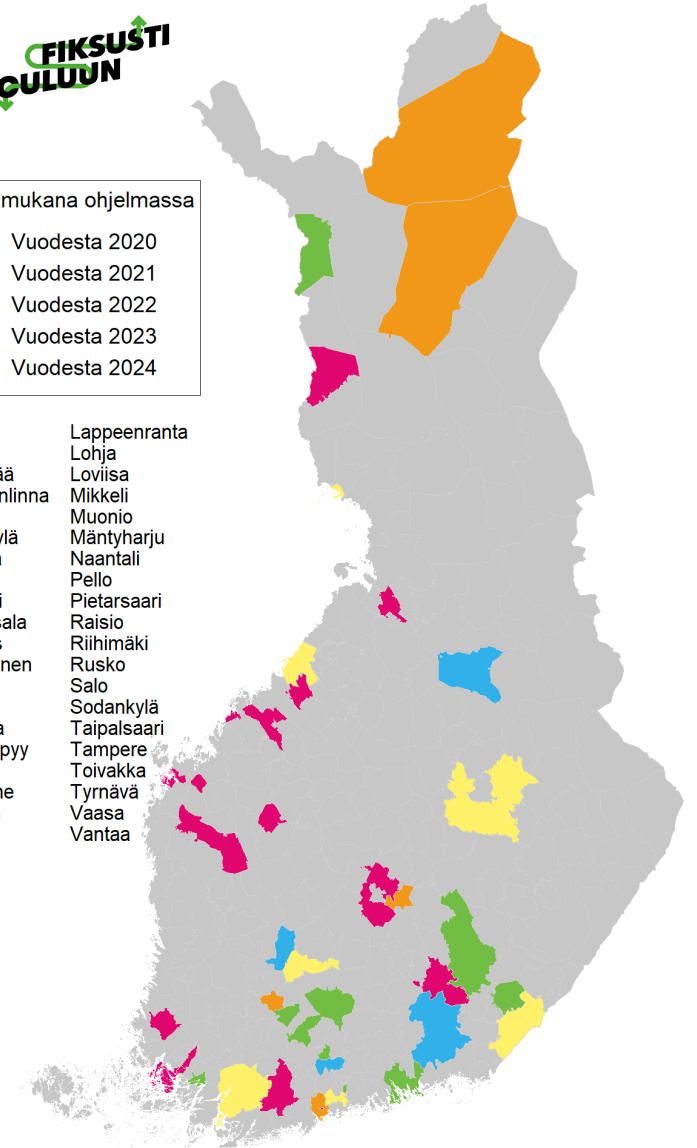
- opastusta ja vinkkejä fiksuun koulumatkaliikkumiseen
- konkreettisia työkaluja
- esimerkkejä sujuvasti käveltävän ja pyöräiltävän ympäristön toteutuksista
- Asiantuntija- ja vertaistukea muutoksen toteuttamiseen

FIKSUSTI  
KOULUUN

Kunnat mukana ohjelmassa

- Vuodesta 2020
- Vuodesta 2021
- Vuodesta 2022
- Vuodesta 2023
- Vuodesta 2024

Akaa	Lappeenranta
Espoo	Lohja
Hyvinkää	Loviisa
Hämeenlinna	Mikkeli
Inari	Muonio
Jyväskylä	Mäntyharju
Kaarina	Naantali
Kajaani	Pello
Kalajoki	Pietarsaari
Kangasala	Raisio
Kannus	Riihimäki
Kauniainen	Rusko
Kemi	Salo
Kerava	Sodankylä
Kouvola	Taipalsaari
Kruunupyö	Tampere
Kuopio	Toivakka
Kuortane	Tyrnävä
Kurikka	Vaasa
Laitila	Vantaa



Karttapohja: Maanmittauslaitos 01/2021



LIKKUVA  
AIKUINEN

# AJANKOHTAISET

## Liikkumalla työkykyä nyt -kampanja

30.9.-4.10.2024

Viiden päivän aikana Liikkuva opiskelu ja kumppanit esittelevät omia parhaita käytäntöjään ja työkalujaan työkyvyn edistämiseksi.

Liikkuva opiskelu koordinoi kampanjaa ja tarjoa alustan eri toimijoiden materiaalien jakamiselle.



**LIKKUMALLA  
TYÖKYKYÄ  
NYT**

# AJANKOHTAISET

## Työmatkaliikkumisen edelläkulkija

Hakuaika: 12.-31.8.2024

Kilpailu on avoinna kaikille työyhteisöille, niin isosta organisaatioista pieneen tai julkiselta sektorilta yksityiselle.



## VIKSU-työkalu

Työkalu työmatkaliikkumisen edistämiseen työpaikoilla julkaistaan kesällä.

Liikkuva työelämä –viikko syyskuussa?



**LIKKUVA  
AIKUINEN**



**Kiitos!**

**Tanja Onatsu**

**Kestävän liikkumisen –  
asiantuntija**

**[tanja.onatsu@jamk.fi](mailto:tanja.onatsu@jamk.fi)**

**040 588 0263**

