

KAIKKI KOULUT

LIIKKEELLE!

Mitä jos jokainen lapsi ja nuori voisi olla **#BeActive** koulupäivän aikana – liikkuen ja leikkien? Mitä, jos jokainen suomalainen päiväkotisi, koulu ja oppilaitos pyhittäisi yhden päivän liikunnalle ja juhlistaisi sitä yhdessä muiden eurooppalaisten koulujen kanssa? Voisiko se auttaa lapsia ja nuoria ottamaan ensimmäisen askeleen kohti elinikäistä terveyttä ja hyvinvointia? Me sanomme kyllä!

LIITY MUKAAN!

Ilmoita päiväkotisi, koulusi tai oppilaitoksesi mukaan Euroopan koululiikuntapäivään (ESSD) jo tänään: www.essd.eu

VIISI SYYTÄ OSALLISTUA ESSD:HEN 25. SYYSKUUTA 2026

- 1 Nosta liikunnan ja liikuntakasvatuksen arvostusta yhteisössäsi
- 2 Lisää lasten ja nuorten iloa ja innostusta liikunnan avulla
- 3 Kannusta edistämään terveyttä ja hyvinvointia läpi elämän
- 4 Vahvista osallisuutta ja kehitä lasten ja nuorten sosiaalisia taitoja
- 5 Luo yhteyksiä muihin Euroopan maihin ja kouluihin.

ESSD on kasvanut nopeasti viimeisen yhdentoista vuoden aikana. Vuonna 2015 käynnistynyt tapahtuma on kehittynyt merkittäväksi eurooppalaiseksi liikuntapäiväksi, joka edistää fyysistä aktiivisuutta kouluissa osana **Euroopan urheiluviikkoa**. Vuonna 2025 ESSD kannusti 3,7 miljoonaa oppilasta olemaan aktiivisia (#BeActive) 40 massa.

Vuonna 2026 ESSD:n teemana on **aktiivinen liikkuminen**. Jokainen kävelty, pyöräilty tai muulla aktiivisella tavalla kuljettu koulu- tai opiskelumatka on askel kohti terveempiä lapsia ja nuoria, vihreämpiä yhteisöjä ja aktiivisempaa elämäntapaa.

Tule mukaan edistämään liikunnallista elämäntapaa! Hyödynnä LIITO ry:n **Lihaskasvoimin kouluun!** **-opetusmateriaalia** ideoiden, aktiviteettien ja inspiraation lähteenä

Jokainen aktiivinen teko lasketaan!

Laita päiväkotisi, koulusi tai oppilaitoksesi liikkeelle ja tule mukaan!

