



Päijät-Hämeen
LIIKUNTA JA URHEILU

Hyvinvointia liikkeestä

– vaikuttava hyvinvointityö kuuluu
kaikille

29.9.2026 klo 9-15.00

Hyvää oloa
liikunnalla!



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue



Hyvinvointia liikkeestä – vaikuttava hyvinvointityö kuuluu kaikille

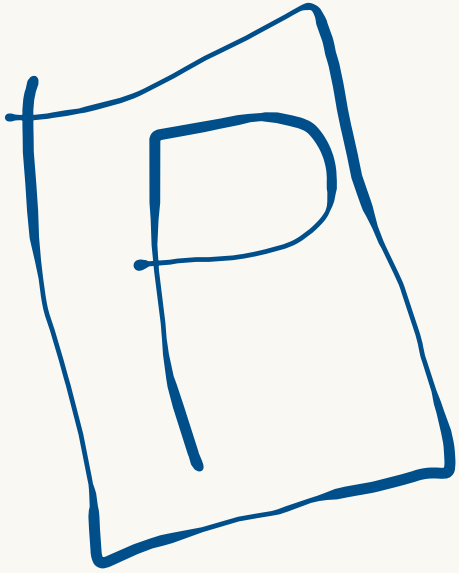
9.00–9.15	Tervetuloa – Heidi Mälkönen, PHLU
9.15–9.45	Hyvinvointialueen tervehdys – Anniina Malava
9.45–10.30	Liikkuva perhe: Perhebarometrin tulokset – Johanna Pekkanen
10.30–11.00	Lahen Move-polun malli – Anna-Sofia Kuoppalaakso
11.00–11.30	Liikuttava seikkailu – Tiina Nieminen ja Mirja Lehtonen
11.30–12.30	Lounas
12.30–14.30	Learning Café – neljä keskustelupistettä
14.30–15.00	Yhteinen koonti ja päätös

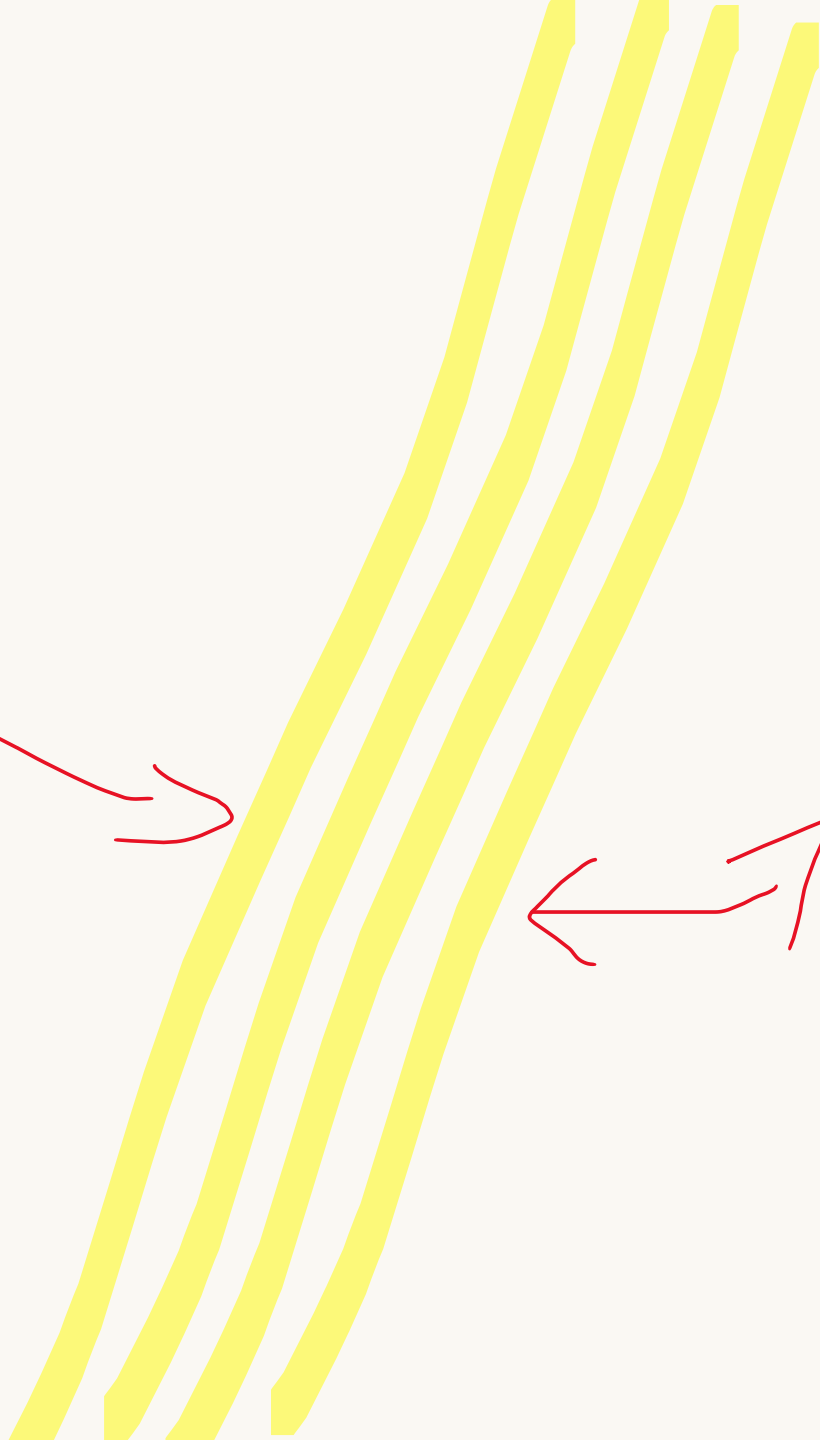
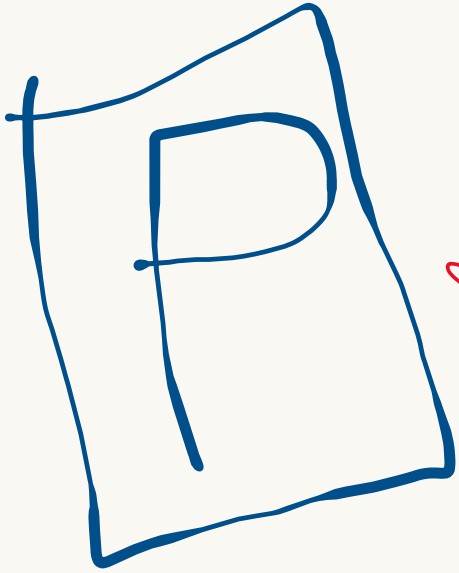


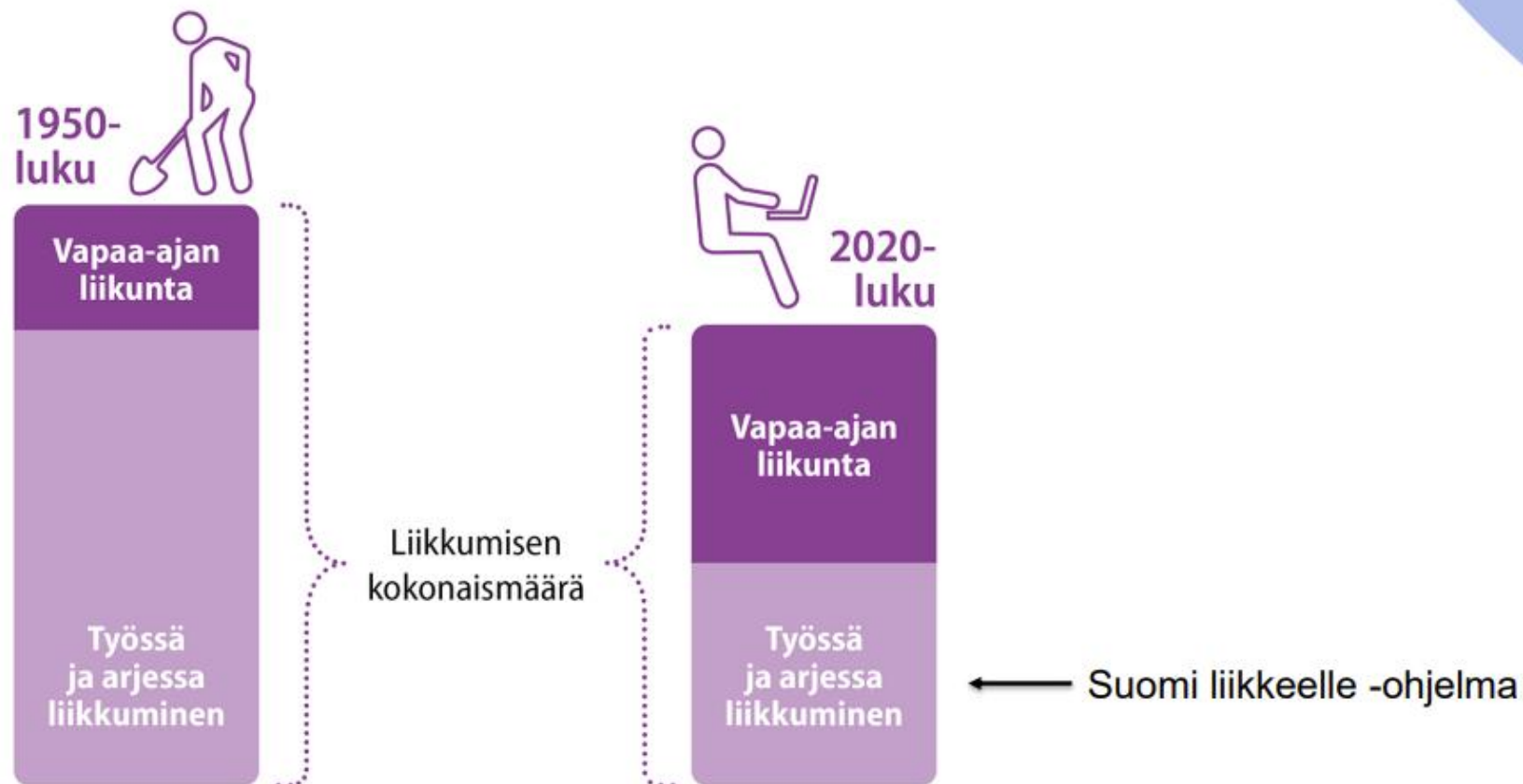
Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

**LISÄÄ
LIIKETTÄ**
Liikunnan aluejärjestöt









Lähde: Pyykkönen & Kokkonen 2017. Teoksessa Pyykkönen, T.: Maailman istuin urheilukansa – ihmettelyjä liikuntapolitiikan labyrinteissa. Liikuntatieteellisen Seuran Impulssi nro 30. Mukaillen, kuvion mittasuhteet ovat viitteelliset.



Supatteluuseinä →



Iltapäivän Learning Café klo 12.30–14.30

Aika	Ohjelma
12.30–12.35	Ohjeet ja jakautuminen neljään ryhmään
12.35–13.00	1. piste
13.00–13.05	Siirtyminen
13.05–13.30	2. piste
13.30–13.35	Siirtyminen
13.35–14.00	3. piste
14.00–14.05	Siirtyminen
14.05–14.30	4. piste
14.30–14.55	Takaisin seminaaritilaan ja päivä pakettiin





Learning cafe

Kouluterveydenhuollon rooli. Anniina Malava, asiantuntijalääkäri ja terveydenhoitajat Mirja Lehtonen ja Katja Pöyttiö

Opettajan/opon/terkan/ koulussa olevan ammattilaisen rooli liikkumisen puheeksiotossa .Sanna Imeläinen Liikkumisen puheeksiotto ja Johanna Pekkanen/Liikkuva perhe

Lahen Move polun malli -koko moven mahdollisuudet, ja polun edistämistä kunnissa. Hannele Kaperi

Aluekoordinaatio-malli, "Kärpäsen surinat" – Lahden hyvinvointikoordinaattori Minna Halme



Kiitos kun annat
palautetta



Tämä on sinulle, sähköpostista löytyy koodi ilmaiseen 2 vkon kokeiluun.

STARJUMP

[Etusivu](#)

[Kokemus](#)

[Tunnit](#)

[Aikataulu](#)

[Virkistyspäivä](#)

[Maksutavat](#)

[Kokeile ilmaiseksi](#)

[Liity jäseneksi](#)

Viikon upein hetki

StarJump on lempeä ja viihdyttävä uuden ajan elämyskuntoklubi. Meillä liikutaan ohjatuilla tunneilla lähes pimeässä salissa upean valo- ja videoshown keskellä - ilman suorituspaineta. Jos liikunta tuntuu tylsältä, raskaalta tai pakkopullalta, tule meille. Uskomme, että yllätyt.

Varaa ilmainen kokeilukerta





Päijät-Hämeen
LIIKUNTA JA URHEILU

**Hyvinvointia liikkeestä
– vaikuttava hyvinvointityö kuuluu
kaikille**

29.9.2026 klo 9-15.00

Kiitos kun osallistuit seminaariin 😊

**Hyvää oloa
*liikunnalla!***



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

