

# Luonto lisää liikettä ja hyvinvointia -seminaari 25.4.2019

**Luonto lisää liikettä -hankkeen seminaarissa** kuulemme lasten kokemuksia luontoliikunnasta. Hankkeen tutkimuksesta saamme vastauksia kysymykseen, mikä saa lapset viihtymään ja liikkumaan luonnossa. Kuulemme myös, miten luonnossa opitaan ja opetetaan. Saamme tuoretta tietoa siitä, miten luontoliikunta ja vesiympäristö vaikuttavat hyvinvointiin. Lisäksi tutustumme Forssan seutukunnan luontoliikunnan palveluiden ja saatavuuden kehittämiseen hankkeen aikana.

Seminaarin lopuksi voit kokeilla mobiilireittejä kävellen tai fatbikella sekä osallistua opastettuun patikointiin ja ulko-opetustuokioon. Pukeudu sään mukaisesti.

Hanke tarjoaa osallistujille lounaan, kahvit ja aktiviteetit.



**Eerikkilä Outdoor Center / Hämeen luontokeskus**  
Härkätie 818, 31340 Tammela

**Ilmoittautuminen viimeistään 15.4.2019 mennessä:**  
[www.lyyti.fi/reg/Luonto\\_lisaa\\_liiketta\\_seminaari\\_2647](http://www.lyyti.fi/reg/Luonto_lisaa_liiketta_seminaari_2647)

#### Lisätietoja:

- Päivi Pälvimäki, [paivi.palvimaki@metsa.fi](mailto:paivi.palvimaki@metsa.fi), puh. 040 651 2122
- Minna Jokinen, [minna.jokinen@metsa.fi](mailto:minna.jokinen@metsa.fi), puh. 040 543 7267



**11.00 Lounas ja tutustuminen Eerikkilä Outdoor Centeriin**

**12.00 Seminaarin avaus**, Kalle Larsson, ohjausryhmän puheenjohtaja

**12.05 Hankkeen toimenpiteet**, Kati Vähäsarja, projektipäällikkö

- Lasten luontoliikuntatoiminnan pilotointi, Päivi Pälvimäki, projektipäällikkö
- Luontoliikuntapalvelujen tuottaminen, alueen yrittäjät
- Eerikkilän leirikoulupalvelut, Kimmo Teittinen, palvelupäällikkö
- Luontoliikuntaan innostava viestintä, Minna Jokinen, suunnittelija

**13.15 Kaverit, vapaus ja kaakao – lasten kokemukset luontoliikunnasta**

Hankkeen tutkija *Elina Hasanen* sekä luontoliikuntatoimintaan osallistuneet lapset

**14.15 Kahvit**

**14.30 Luokat luontoon! Uusi OPS ja luontoliikunta kohtaavat**

Ulla Myllyniemi, luokanopettaja, Ulko-opet ry

**15.15 Liukeneeko stressi veteen? Vesiympäristön vaikutuksesta hyvinvointiin**

Tutkija, Porin yliopistokeskus

**15.45 Hämeen järviylänkö – luontoliikkuajan aarreaitta**

Antti Huttunen, Retkipaikka

**16.00 Seminaarin virallinen osuus päättyy**

**16.00– Liiku, kokeile ja opi luonnossa!**

**17.30** • Ulko-opetustuokio • Opastettu patikointi • Fatbike-lajikokeilu • Luonnollinen liike -mobiilireitti • Pysähdy ja aisti -mobiilireitti

LUONTO LISÄÄ LIIKETTÄ -HANKE 2017–2019 EDISTÄÄ LASTEN JA NUORTEN LUONNOSSE LIIKKUMISTA. PÄÄRAHOITTAJA ON EUROOPAN ALUEKEHITYSRAHASTO.



**Vipuvoimaa EU:lta**  
2014–2020

