FINLANDS SVENSKA IDROTT

Lisää liikettä webinaarisarja
Mera rörelse - webinarserie

PAIKALLAAN OLON VÄHENTÄMISEN TÄRKEIMMÄT KEINOT

DE VIKTIGASTE METODERNA ATT MINSKA STILLASITTANDE

Tervetuloa, sekä hankkeen esittely
Välkomstord, samt presentation av projektet

Finlands Svenska Idrott

Istumisen vähentäminen työpaikalla – periaatteita ja käytännön keinoja

Terveysliikunnan edistämisen dosentti Minna Aittasalo toimii vanhempana tutkijana UKK-instituutissa. Hänen osaamistaan ovat liikkumisen edistämisen ja liiallisen paikallaanolon vähentämisen vaikuttavuus ja implementointi erilaisissa käytännön toimintaympäristöissä. Hän on myös perehtynyt liikkumisen edistämishankkeiden suunnitteluun, arviointiin ja käyttäytymistieteelliseen tietoperustaan.

Paikallaanolon tauottamisen haasteet, keinot ja mahdollisuudet – tapausesimerkkinä päiväkotiympäristö

Suvi Määttä (VTT, LiTM) työskentelee tutkijana Helsingin kaupungin kaupunkitietopalveluissa. Määttä väitteli vuonna 2020 sosiaalipsykologiasta ja väitöskirjassaan hän tarkasteli lasten yksilöllisten piirteiden, päiväkodin, kodin ja sosioekonomisten tekijöiden roolia lasten paikallaanolossa.

KASAM, vi tillsammans!

Hur främja välmående, rörelseglädje och inlärning genom gruppstärkande övningar i närmiljön. Johanna Berlin, klasslärare/luokanopettaja.

Työikäisten tottumuksen muodostaminen paikallaanolon vähentämiseksi

Sari Hautaviita (Ttk) työfysioterapeutti, terveysliikunnan asiantuntija, tutki pro gradussaan tottumuksen muodostumista paikallaanolon vähentämiseksi. Suomen Nivelyhdistys ry, Suomen Terveystalo

Paneelikeskustelu, kysymyksiä & kiitokset

Mikael Nordman, Förbundssekreterare, Svenska Finlands Idrott, SFI

Mentimeter

Ulla Nykänen

Gratis!
Kahdella kielellä, arrangeras på två språk
Anmälning senast 30.10.2023:
https://www.lyyti.fi/reg/lisaaliiketta_webinaarisarja112023

Olympiakomitea & Finlands Svenska Idrott