

Onko työsi liikuntaneuvonnan parissa tai tuet työssäsi asiakkaita omaksumaan liikunnallisempaa elämäntapaa? Kokosimme sinulle ehdotuksen runsaasta seminaarin sisällöstä, jonka avulla saat Liikkuen läpi elämän -seminaarista mahdollisimman paljon irti juuri liikuntaneuvonnan näkökulmasta.

(Sulkeissa ohjeet [ilmoittautumislomakkeelle](#))

## **21.4.2026 Seminaaripäivä 1.**

### **12.30–14.00 Pääsalissa kaikille yhteinen ohjelma:**

- Seminaarin avaus ja ministeri Poutalan tervehdys
- [Professori Alf Rehn – Luova liike: avoin, moninainen, kunnioittava ja arvoa luova - Liikkuen läpi elämän](#)

### **14.15–15.00 Rinnakkaisesssiosta 1 voit valita esimerkiksi:**

- [Sivistysjohtajan mieli tässä ajassa -paneelikeskustelu - Liikkuen läpi elämän](#)
- [Liikuntaneuvonnan vaikutukset näkyväksi Hyviöllä](#)
- [Yhdenvertaisia kohtaamisia liikuntaneuvonnassa](#)

### **15.45–16.30 Rinnakkaisesssiosta 2 voit valita esimerkiksi:**

- [Sisu, rohkeus ja periksiantamattomuus – tarina elämästä - Liikkuen läpi elämän](#)
- [Johtajafoorumi: Sari Lappalainen & Katja Lindroos](#)
- [Tekoäly liikuntaneuvonnan arjen apurina](#)
- [Liikuntaneuvonnan Speed Date – Löydä juuri sinulle luotu kumppani](#)

### **16.45–17:30 Pääsalissa kaikille yhteinen ohjelma**

- Huumoria ja musiikkia sisältävä esitys: [Töyssy & Tervaniemi show! - Liikkuen läpi elämän](#)

### **17.30–19.30 Iltajuhla Sibeliustalolla**

- Ruokailu ja verkostoitumista

### **19.30–22.00 Jatkot halukkaille yökerho Armas (ei ilmoittautumista)**

## 22.4.2026 Seminaaripäivä 2.

9.00–9.45 Rinnakkaisesssiosta 3 voit valita esimerkiksi:

- [Muutos on mahdollinen – myös liikuntaviestinnässä - Liikkuen läpi elämän](#)
- [Liikunta osana planetaarista hyvinvointia - Liikkuen läpi elämän](#)

10.00–10.45 Rinnakkaisesssiosta 4 voit valita esimerkiksi:

- [Voimaa verkostoihin: Johda, koordinoi ja fasilitoi verkostoyhteistyötä vaikuttavasti - Liikkuen läpi elämän](#)
- [Kipinästä kasvuun – Liikuntaneuvonnan valtakunnallinen strategia tulevaisuuden rakentajana](#)

11.00–11.45 Rinnakkaisesssiosta 5A voit valita esimerkiksi

(huom. voit valita vain rinnakkaisession 5A tai 5B, sillä toisen aikana sinun on hyvä käydä lounaalla):

- [Täydellä kaasulla vai varikolle - pysyvä liikkuminen lähtee levosta - Liikkuen läpi elämän](#)
- [Luonnon voima liikuntaneuvonnassa](#)

12.00–12.45 Rinnakkaisesssiosta 5B voit valita esimerkiksi:

(huom. voit valita vain rinnakkaisession 5A tai 5B, sillä toisen aikana sinun on hyvä käydä lounaalla):

- [Täydellä kaasulla vai varikolle - pysyvä liikkuminen lähtee levosta - Liikkuen läpi elämän](#)
- [Liikuntaneuvontaa useammille, tehokkaammin ja yhteisöllisemmin – ryhmässä ja ostopalveluna](#)
- [Kenelle liikkuminen kuuluu? Lihavuuden stigma liikkumisen ja hyvinvoinnin esteenä](#)

13.00–14.00 Pääsalissa kaikille yhteinen ohjelma:

- [Aktiivisesti avarakatseinen ajattelu liikkuvan Suomen sydänsyykkeenä](#)