

## Tiistai 21.4.2026

klo 10.00

**Ilmoittautuminen, kumppanitoriin tutustuminen ja lounas**
**Puheenvuorot:**

Firstbeat klo 11.15-11.25: Kuinka eri ikäiset liikkuvat?  
 Gympa klo 11.30-11.40: Herätä kehosi, kirkasta mielesi.  
 Parkourakatemia klo 11.45-11.55: Motoriset taidot haltuun päiväkotien arjessa lapsia innostavilla tavoilla  
 Inbody klo 12.00-12.10: InBody -kehonkoostumusmittarit

klo 12.30, Pääsali

**Seminaarin avaus:**

Liikunta-, urheilu- ja nuorisoministeri Mika Poutalan tervehdys  
 Alf Rehn – Luova liike – avoin, moninainen, kunnioittava ja arvoa luova

 KLO  
14.20-  
15.00

**SESSIO 1**

Pääsali	Liikunnallinen elämäntapa koulun arjessa
Puusepän Sali 1	Tauoilla energiaa opiskeluun
Puusepän Sali 2	Vesipätevyys tutuksi
Puusepän Versta	Tanssin mahdollisuudet
Kuusi	Sivistysjohtajan mieli tässä ajassa (HUOM! klo 14.15!)
Haapa	Yhdenvertaisuus liikuntaneuvonnassa
Metsänhaltija	Liikuntaneuvonnan maisemat
Pihlaja	Hyvinvoiva yhteisö
Honka	Hyviö-työkalu
Koivu	Case Lahden Move!
Saunakabinetti	Muistystävällisyys liikunnassa
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Hyvinvointia Kanin ja Ketun kanssa
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Kävelyn kirjo
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Hipat ja viestit

 KLO  
15.50-  
16.30

**SESSIO 2**

Pääsali	Tarina elämästä
Puusepän Sali 1	Musatossut
Puusepän Sali 2	Uudet polttopallopelit
Puusepän Versta	Motoriset perustaidot ja liikunnallinen elämäntapa
Haapa	Osallisuuden toimintakulttuuri
Metsänhaltija	Tekoäly liikuntaneuvonnassa
Pihlaja	Perheiden osallisuus
Honka	Liikemyönteinen organisaatiokulttuuri
Koivu	Vertaistoiminta ikääntyneiden liikunnassa
Saunakabinetti	Liikuntaneuvonnan speed date
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Hyvinvointia Kanin ja Ketun kanssa
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Luontovoimailua
Kuusi	Arvot ja yhteispeli (HUOM! klo 15.30-16.30)

## Keskiviikko 22.4.2026

 KLO  
9.00-  
9.40

**SESSIO 3**

Pääsali	Muutosta liikuntaviestintään
Puusepän Sali	Helpot lattarit
Puusepän Versta	Heikot motoriset taidot
Kuusi	Yhteisöllisyyden uusi aika
Haapa	MieliLiike
Metsänhaltija	Planetaarinen hyvinvointi
Pihlaja	Opiskelijoista hyvinvointiosaajia
Honka	Laiskistuneet arkimatkat
Koivu	Perheiden tähdet loistamaan
Saunakabinetti	Voimaa vanhuuteen
Ulkona, lähtö tuulikaapista	CNTR+ALT+LIIKU
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Senioriparkour
Vierailu	VIERAILU Humpulan päiväkotiin
Vierailu	VIERAILU Kivimaan yhtenäiskouluun
Vierailu	VIERAILU LAB-korkeakouluun

 KLO  
10.00-  
10.40

**SESSIO 4**

Pääsali	Voimaa verkostoihin
Puusepän Sali	Jatkolattarit
Puusepän Versta	Liikuntaneuvonnan uusi strategia
Kuusi	Kehotietoisuus voimavarana
Haapa	Skidialogilla liikettä
Metsänhaltija	Osaamisprofiilit liikkumisen edistämässä
Pihlaja	Ulkoilua ikäystävällisesti
Honka	Liike lähtee varhaiskasvatuksesta
Koivu	Liikkumisen puheeksiottaminen varhaiskasvatuksessa
Saunakabinetti	Liike osana oppimisen tukea
Ulkona, lähtö tuulikaapista	CNTR+ALT+LIIKU
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Hipat ja viestit
Vierailu	VIERAILU Humpulan päiväkotiin
Vierailu	VIERAILU Kivimaan yhtenäiskouluun
Vierailu	VIERAILU LAB-korkeakouluun

 KLO  
11.00-  
11.40

**SESSIO 5A**

Pääsali	Täydellä kaasulla vai varikolle
Puusepän Sali	Toiminnalliset työtavat
Puusepän Versta	Mielenterveyttä edistävä toimintakulttuuri
Kuusi	Luonnon voima liikuntaneuvonnassa
Haapa	Koulujen liikunnallinen toimintakulttuuri
Metsänhaltija	Leikin ja liikkeen lumo
Pihlaja	Ulkoilusta vahvuutta perheille
Honka	Aktiivisuusagentit
Koivu	Ehkäistään kaatumiset liikunnalla
Saunakabinetti	Minä ja me liikkumisen edistäjinä
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Riskin paikka!

 KLO  
12.00-  
12.40

**SESSIO 5B**

Pääsali	Täydellä kaasulla vai varikolle
Puusepän Sali	Liikettä ja toiminnallisuutta
Puusepän Versta	Yläkouluisten liikkumisen mahdollisuudet
Kuusi	Lihavuuden stigma liikkumisen esteenä
Haapa	Liikunnallisen toimintakulttuurin muutos
Metsänhaltija	Liikuntaneuvontaa ryhmässä ja ostopalveluna
Pihlaja	Ulkoilusta vahvuutta perheille
Honka	Lasten ja nuorten osallisuus
Koivu	Ehkäistään kaatumiset liikunnalla
Saunakabinetti	Toiminnallinen opetus reaaliaineissa
Ulkona, lähtö tuulikaapista	Riskin paikka!

klo 08.00	Ilmoittautuminen ja kumppanitoriin tutustuminen
klo 09.00	Rinnakkaissessio 3
klo 10.00	Rinnakkaissessio 4
klo 11.00	Rinnakkaissessio 5 a tai lounas ja kumppanitoriin tutustuminen
klo 12.00	Rinnakkaissessio 5 b tai lounas ja kumppanitoriin tutustuminen
klo 13.00, Pääsali	Esa Saarinen, Aktiivisesti avarakatseinen ajattelu liikkuvan Suomen sydänsykkeenä
klo 14.00	Hyvää kotimatkaa!