

virike

sykäys

hauskuus

aktiivisuus

Liikuntaimpulsseja

liike

**LIIKKUVA  
AMIS**

## Toiminnalliset käytävät

Oletko miettinyt miten lisätä liikettä käytäville?  
Enää ei tarvitse 😊

Lapin koulutuskeskus Redun Kittilän toimipiste näyttää videolla esimerkkiä, miten asia on heillä toteutettu. Saa kopioida! Katso **VIDEO**.

### Lisää liikettä amiksiin – miksi?

Noin 70 % Liikkuva opiskelu -kyselyyn vastanneista opiskelijoista kokee mielekkäänä, että tarjolla olisi vaihtoehtoisia tapoja istua ja oppilaitoksen olosuhteita kehitettäisiin liikkumista lisääviksi.

*Kämpfi, Inkinen, Kujala, Tammelin & Laine 2018. Lisää liikettä ammattiin opiskelun tueksi. Tuloksia ammattiin opiskelevien nuorten liikkumisesta, ajatuksia liikkumisen lisäämisestä ja ennusteita fyysisestä työkyvystä. LIKES-tutkimuskeskus*