



ARKISEIKKAILU

Tervetuloa mukaan Arkiseikkailuun!

Mahtavaa, että lähditte mukaan Arkiseikkailu-kampanjaan kannustamaan perheitä liikkumaan yhdessä. Arkiseikkailun ajankohta on tänä vuonna 26.9.–7.10.2022.

Kampanjamateriaalit ladattavissa verkkosivuilla

Kaikki kampanjamateriaalit ovat nyt ladattavissa Arkiseikkailu-kampanjan materiaalit -sivuilta www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/arkiseikkailu-kampanjan-materiaalit. Materiaaleihin kuuluu juliste ja perheille jaettava Arkiseikkailu-bingoruudukko sekä valmis viesti perheille lähetettäväksi. Tuhat ensimmäistä kampanjaan ilmoittautunutta yksikköä saa kampanjajulisteet postissa tämän viikon aikana.

Liikkuminen puheeksi kampanja-aikana

Tavoitteenamme on tarjota teille konkreettinen työkalu varhaiskasvatussuunnitelman ja varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaiseen yhteistyöhön perheiden kanssa. Kampanjan aikana vanhempien kanssa on luontevaa ottaa puheeksi heidän lapsensa fyysisen aktiivisuuden määrä ja suositukset. Jutelkaa lapsen päivittäisen ulkoilun ja muun liikunnan sekä levon ja ravinnon määrästä.

Huoltajien kanssa voi keskustella myös liikkumisen merkityksestä ja liikkumisen sosiaalisesta ulottuvuudesta. Viestikää heille, että tavalliset fyysisesti aktiiviset leikit ovat juuri oikeanlaista liikuntaa ja perheiden yhteiset päivittäiset liikunnalliset rutiinit ovat tärkeitä. Seikkailun voi toteuttaa joko matkalla kotoa varhaiskasvatukseen, lähtemällä ihmettelemään kodin lähiympäristöä tai vaikka kauppamatkalla.

Iloisia arkiseikkailuita!

Terveisin

Liikkuva varhaiskasvatus ja Liikkuva perhe -ohjelmat

Arkiseikkailu-kampanjan 2022 toteutuksesta vastaavat Liikkuva varhaiskasvatus ja Liikkuva perhe -ohjelmat yhteistyössä Sydänliiton kanssa. Kampanjan suunnittelussa on ollut mukana laaja asiantuntijaverkosto.

www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi

www.liikkuvaperhe.fi