

MILLAINEN VOISI OLLA  
TEIDÄN TYÖPAIKALLANNE

UUSI  
NORMI-  
PÄIVÄ

**LIKKUVA  
AIKUI NEN**

Uusi normipäivä on noin 2 tuntia kestävä työpaja, jonka avulla löydätte juuri teidän työyhteisöönne sopivia tapoja lisätä liikettä ja aktiivisuutta työpäivään.

---

## TYÖPAJAN TULOKSENA

- Ajatus kulkee paremmin.
- Uupumuksen ja stressin kokemukset vähenevät.
- Tuotteliaisuus kasvaa.
- Palautuminen tehostuu.
- Työn imu lisääntyy.



**Työpajan materiaalit ovat ladattavissa maksuttomasti:**

[liikkuvatyoelama.fi](https://liikkuvatyoelama.fi)

Verkkosivulta löytyvien ohjeiden avulla työpajan voi vetää itse tai pajalle voi tilata maksua vastaan ulkopuolisen vetäjän Liikunnan aluejärjestöistä: [buusti360.fi](https://buusti360.fi)

**OTA UUSI NORMIPÄIVÄ OHJELMANUMEROKSI  
ESIMERKIKSI TYÖHYVINVOINTIPÄIVÄÄN!**