

MILLAINEN VOISI OLLA
TEIDÄN TYÖPAIKALLANNE

UUSI
NORMI-
PÄIVÄ
VARHAISKASVATUS

**LIKKUVA
AIKUI NEN**

Uusi normipäivä on työpaja, jonka avulla löydätte juuri teidän varhaiskasvatusyksikköönne sopivia keinoja lisätä työpäivään liikumista, palautumista sekä sosiaalista hyvinvointia tukevia toimintatapoja.

Työpaja herättää, oivalluttaa ja motivoi huomaamaan mahdollisuudet ja keinot, joita oma työarki ja ympäristö tarjoavat liikkeen, palautumisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin lisäämiseen.

TYÖPAJAN TULOKSENA

- uupumuksen ja stressin kokemukset vähenevät
- palautuminen tehostuu
- yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuuden tunne kasvavat
- työyhteisö vahvistuu
- tietoisuus omasta hyvinvoinnista lisääntyy



Työpajan materiaalit ovat ladattavissa maksuttomasti:

liikkuvatyoelama.fi

Verkkosivulta löytyvien ohjeiden avulla työpajan voi vetää itse tai pajalle voi tilata maksua vastaan ulkopuolisen vetäjän Liikunnan aluejärjestöistä: **buusti360.fi**

**OTA UUSI NORMIPÄIVÄ OHJELMANUMEROKSI
ESIMERKIKSI TYÖHYVINVOINTIPÄIVÄÄN!**