

Liikkujan polku –teemaryhmät: Työyhteisöt

Kuljettajat

Satu Ålgars, satu.algars@olympiakomitea.fi

Kirre Palmi, kirre.palmi@hlu.fi

Teemaryhmän kuvaus

Teemaryhmän tavoitteena on liikkeen lisääminen työyhteisöissä. Erityisesti keskitymme työpäivän aikaisen liikkeen lisäämisen mahdollistamiseen.

- Mitä voimme yhdessä tehdä lisätäksemme liikettä työyhteisöissä (työmatkalla, työajalla ja vapaa-aikana)?
- Mitä voimme yhdessä tehdä, että työyhteisöissä lisääntyy ymmärrys fyysisen aktiivisuuden merkityksestä työkyvylle ja siitä että liikettä lisäävät toimenpiteet kuuluvat osaksi laadukasta työhyvinvoinnin johtamista?
- Miten eri liikunnan toimijoiden osaaminen ja palvelut saadaan nykyistä tehokkaammin työyhteisöiden käyttöön? Miten liikunnan toimijat ja työpaikat kohtaavat?
- Mihin tulisi keskittyä?

Ajankohtaiset asiat ja toimenpiteet, joita ryhmässä työstitään

Työyhteisöt teemaryhmän yhteinen valinta on työpäivän aikaisen liikkeen lisääminen. Vaikutamme työpäivän aikaiseen aktivointiin olosuhteiden ja toimintatapojen kehittämisen kautta.

- Toimintatavat: Aktiivisempi arki-työpajaa on viety eteenpäin osallistujien omissa verkostoissa tai työpajan oppeja on jalkautettu verkostossa mukana olevien tahojen toimesta verkoston jäsenten omiin työyhteisöihin tai osallistujien omiin verkostoihin.
- Olosuhteet: Työpäivän aikaisen liikkeen lisäämiseksi on tavoitteena kehittää työyhteisöjen olosuhteitaniin että ne mahdollistaisivat entistä paremmin työntekijöiden aktiivisemmän arjen eli katkaisisivat pitkää yhtäjaksoista istumista ja mahdollistaisivat vaihtelevat työasennot sekä elvyttävän ja virkistävän taukoliikkeen työn ja toiminnan lomaan.