

LIIKKEELLE TYÖKYVYN PUOLESTA

Liikkeellä ja liikunnalla kohden
työhyvinvointia ja työssä jaksamista!

KICK-OFF

11.5. klo 13-16

luokka D505 (5. krs)

Valitse paras tie huipulle, ota portaat!

Tervetuloa!



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Tervetuloa Liikkeelle työkyvyn puolesta kick-off tilaisuuteen!

Aika: Torstai 11.5. klo 13:00-16:00, kahvia tarjolla klo 12:45 alkaen.

Paikka: JAMK Lutakon kampus, Dynamo rakennus, Koivuluokka (505, 5 krs), Jyväskylä

Ohjelma: Tervetuloa!
Projektitiimin, osallistujien ja toimintatapojen esittely
Työkykyä liikunnallisoin keinoin, Miia Malvela & Reetta Laakkonen

Odotukset ja toiveet – liikkeessä & yhdessä

SAT-kartoitus: eteneminen ja kokemukset
Työkyvyn itsearviointikyselyn aikataulu
Syksyn yhteiset työpajat kalenteriin



Tavoitteena on saada työpaikat käyttämään liikunnallisia keinoja

työpäivän aikana työkyvyn ja työhyvinvoinnin parantamiseksi.

LIIKKEELLE TYÖKYVYN PUOLESTA

MITEN?

Työn tarpeet huomioiden
Osallistuen ja osallistaen
Yrittäen ja erehtyen
Kokemuksia jakaen
Uutta oppien
Yhteiskehittäen
Kulttuuria muuttaen
Pilke silmäkulmassa
Rohkeasti kokeillen



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Liikkeelle projektitiimi

Katja Järvelä

Projektipäällikkö

katja.jarvela(a)jamk.fi
050 473 8593



Reetta Laakkonen

Liikunta ja terveys

(Liikkuva aikuinen –ohjelma)
reetta.laakkonen(a)jamk.fi
044 459 6168



Liikkeelle vieraat 11.5.

Miia Malvela

Kehittämispäällikkö

(Liikkuva aikuinen –ohjelma)
miia.malvela(a)jamk.fi
050 4432376



Essi Heimovaara-Kotonen

Työhyvinvointi ja työkyky

essi.heimovaara-
kotonen(a)jamk.fi
040 567 1054



Kirsti Siekkinen

**Työ- ja toimintakyky,
työfysioterapia**

kirsti.siekkinen(a)jamk.fi
050 368 5250



Jyrki Saarela

**Aikuisliikunnan kehittäjä
(SAT-kartoitus)**

Keski-Suomen liikunta ry.
jyrki.saarela(a)kesli.fi
045 650 3771



Eija Janhunen

Palvelumuotoilu

eija.janhunen(a)jamk.fi
040 186 2669



Juho Jäppinen

Viestintä

juho.jappinen(a)jamk.fi
050 471 3702



**Euroopan unionin
osarahoittama**

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Osallistujien esittäytyminen

- a) Nimi, organisaatio ja minun paras tekosyy mikä estää liikkeen ja liikunnan työpaikalla.
- b) 3-4 hlön pienryhmissä: Jos kaikki olisi mahdollista, niin mitä tekisin liikkeen ja liikunnan edistämiseksi työpaikallani (post-it lapuille)

ME OLEMME MUKANA!

LIIKKEELLE TYÖKYVYN PUOLESTA

MONETRA LEDI GROUP MUURAME Keski-Suomen vammaispalvelusäätiö LÄHITAPIOLA

EduCluster Finland Betset KUMURA procemex probis

REKKA GROUP KESKI-SUOMEN HYVINVOINTIALUE LAUKAAN BETONI OY KESKI-SUOMEN KAUPPAKAMARI JY TAKSI

evogenom IVESLÄHDEN JIVOUS Perhehoitoliitto KASVU OPEN JYVÄSKYLÄN KAUPUNGIN TEATTERI

Euroopan unionin osarahoittama

jamk

www.jamk.fi/liikkeelle



Euroopan unionin osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Jos kaikki olisi mahdollista, mitä tekisin liikkeen ja liikunnan edistämiseksi työpaikallani?



Euroopan unionin osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Liikkeelle –projekti yhteiskehittäen



11.5.2023



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Tehtävä 1: Odotukset

Mitä odotat tältä projektilta?

- Mieti kolme tärkeintä asiaa.
- Ota kolme Post It –lappua.
- Kirjoita kullekin lapulle yksi asia.



11.5.2023



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Tehtävä 2: Tavoitteet



Mitä tavoitteita olet asettanut tälle projektille?

- Mieti kolme tärkeintä asiaa.
- Ota kolme Post It –lappua.
- Kirjoita kullekin lapulle yksi asia.

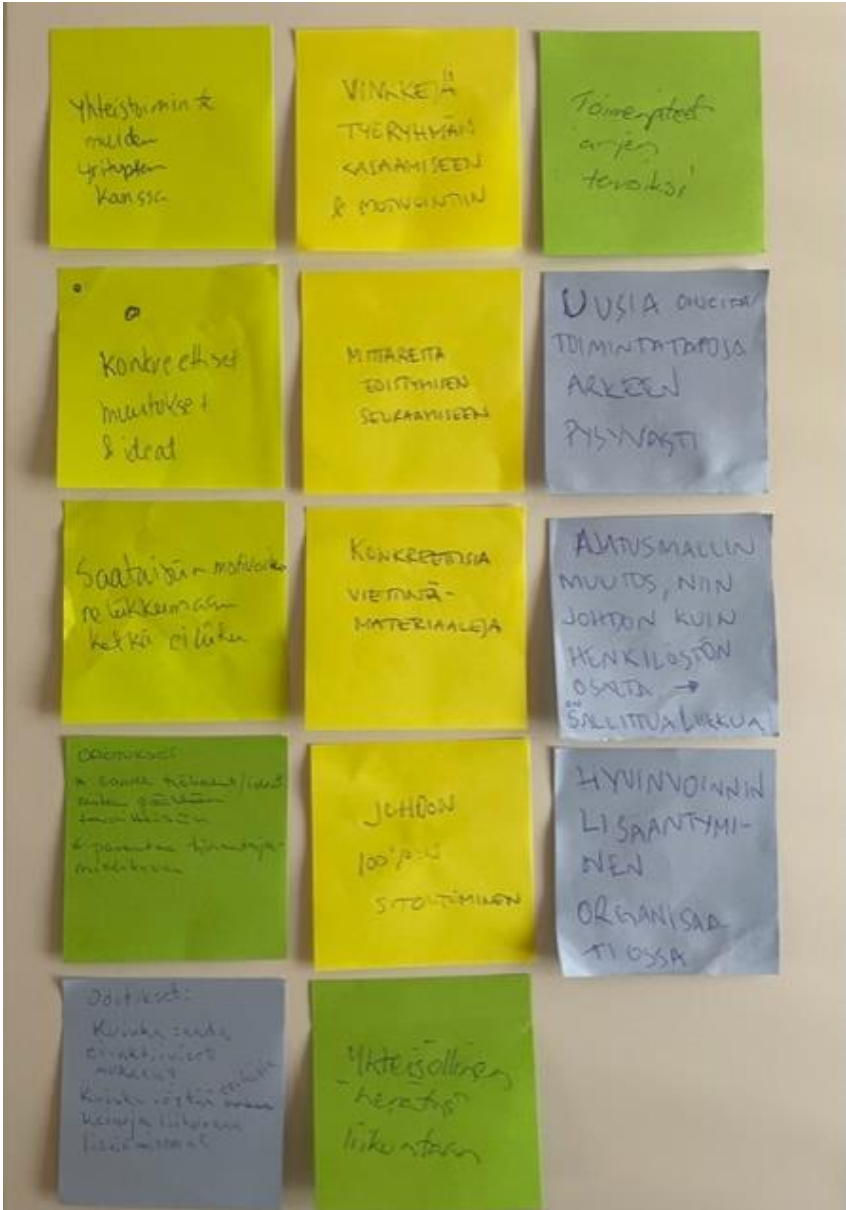
11.5.2023



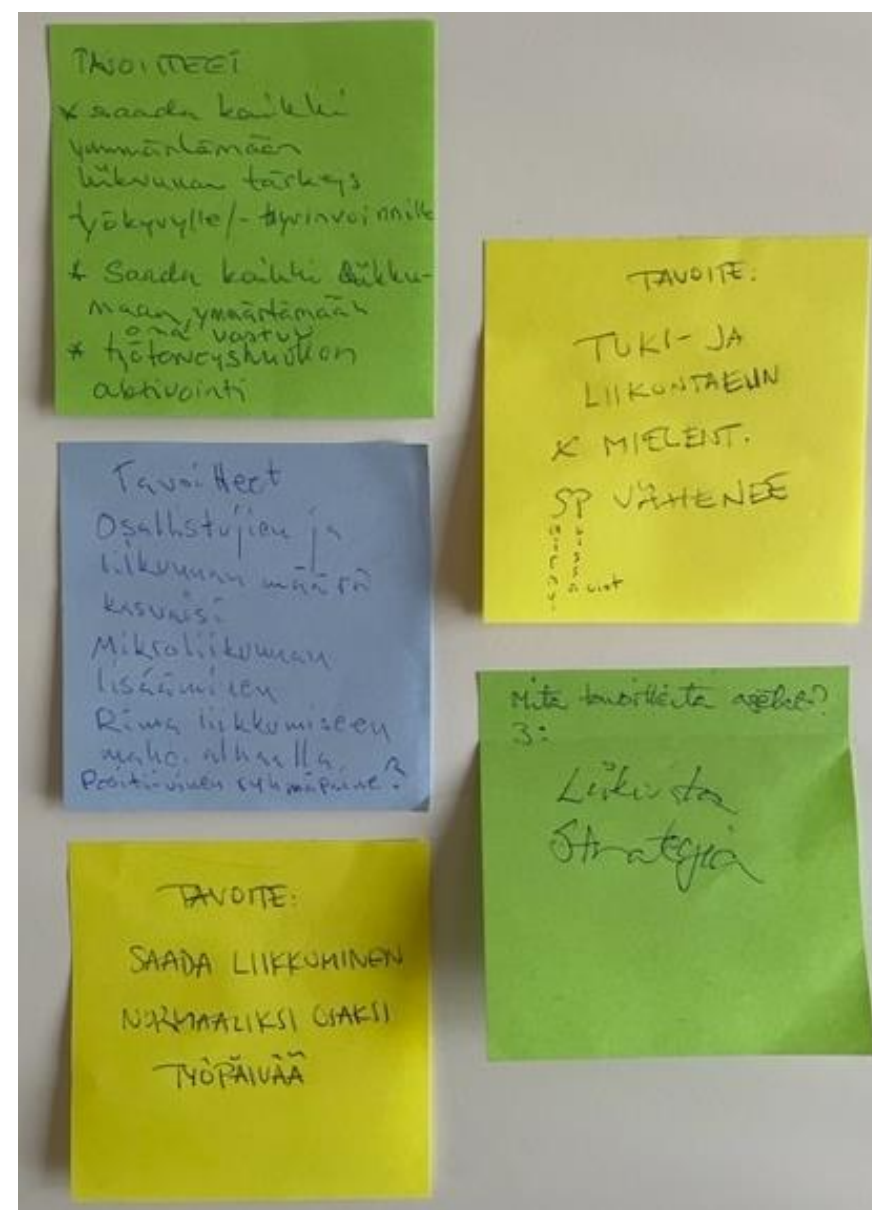
Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu



Odotuksia ja tavoitteita Liikkeelle-projektille



Organisaatiokohtainen Suomen Aktiivisin Työpaikka-kartoitus (SAT)

- Muista vastata [SAT-kartoitukseen](#) ja varata [palautekeskustelu](#):
6/20 ajanvarausta tehty
- Kokemuksia pidetyistä palautekeskusteluista

Työkyvyn itsearviointikysely

- Yhteyshenkilöille toimitetaan s-postitse Webropol-linkki jaettavaksi työpaikalla, vastausaika touko-elokuu (ajankäyttö 5min/vastaaja)

Syksyn ohjelma

- **Syksyn yhteiset työpajat Jyväskylässä:**
19.9. klo 12:30-15:30, 1.11. klo 12:30-15:30, 12.12. klo 12:30-15:30
- Työpaikkakohtaiset työpaja(t)
- Työsuojelu- ja työhyvinvointihenkilöstön työpajat

Tutustu myös (päivitetään):

Projektin sivut: www.jamk.fi/liikkeelle

Osallistujaorganisaatioiden oma sivu: www.jamk.fi/fi/projekti/liikkeelle-tyokyvyn-puolesta/osallistujille

Suomen aktiivisin työpaikka kartoitus



Yritysjohdon työkalu

- + Henkilöstöliikunnan nykytilan arviointiin
- + Suunnitelmalliseen henkilöstöliikunnan toteutukseen, johtamiseen ja seurantaan
- + Henkilöstön hyvinvoinnin ja liikunta-aktiivisuuden edistämiseen
- + Työnantajamielikuvan parantamiseen

Osallistua voi myös
Teamsin kautta



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Kiitos osallistumisesta!



Euroopan unionin
osarahoittama

Uudistuva ja osaava Suomi 2021–2027

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Liikkeelle työkyvyn puolesta

Projektin nimi:	Liikkeelle työkyvyn puolesta
Ajankohta:	3/2023 - 8/2025
Toimintalinja:	4 Työllistävä, osaava ja osallistava Suomi
Erityistavoite:	4.2. Uutta osaamista työelämään
Rahoitus:	Euroopan sosiaalirahasto (ESR+) Keski-Suomen elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus
Toteuttaja:	Jamk
Osallistujat:	20 organisaatiota Keski-Suomen alueelta (henkilöstö ja johto ml. työsuojeluhenkilöstö)
Työskentelytapa	Yhteiskehittämisen menetelmät Yhteiset ja työpaikkakohtaiset työpajat ja tapaamiset Joustavasti lähi- ja etätoteutuksina

