

LIIKKUVALLA AMIKSELLA ON KAVEREITA!

**LIIKUNTATOIMINTA VOI KEHITTÄÄ NUOREN
KYKYJÄ KUUNNELLA JA NOUDATTAO OHJEITA SEKÄ
VALITA TILANTEESEEN SOPIVAT TOIMINTATAVAT.
LIIKUNNAN AVULLA NUORI VOI MYÖS PURKAA
JA KÄSITELLÄ TUNTEITAA, MIKÄ ON PERUSTA
HYVÄLLE SOSIAALISELLE VUOROVAIKUTUKSELLE.**

(SYVÄOJA, KANTOMAA, LAINE, JAAKKOLA, PYHÄLTÖ & TAMMELIN 2012)

WWW.SAKURY.NET

saku

WWW.ALPO.FI

SAKU ry tarjoaa liikuntamahdollisuuksia ammattiin opiskeleville. Uusia liikunnan ideoita etsitään Liikkuva Amis -hankkeessa, jonka tavoitteena on lisätä opiskelijoiden fyysistä aktiivisuutta koulupäivän aikana sekä osallisuutta oppilaitosympäristön kehittämisessä.