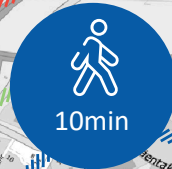
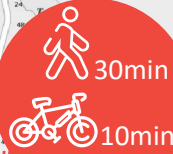


Kuinka kauan
sinun kotoasi kestää
pyöräillä tai kävellä
koululle?



Matkat ovat mahdollisuus

Liikunta virkistää mieltä ja edistää oppimista

Koulumatkat opettavat itsenäistä liikkumista

Vähintään 1–2 tuntia päivässä monipuolista ja ikään sopivaa liikuntaa

Kaverin kanssa kulkeminen edistää vuorovaikutustaitoja

Ruutu aikaa viihdemedian ääressä korkeintaan kaksi tuntia päivässä

Kävely ja pyöräily auttavat koulupäivästä palautumista