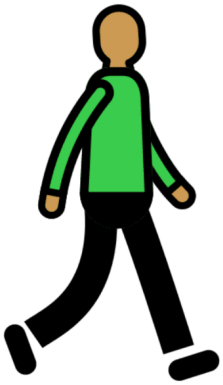
Liikkua

Liikkua rauhallisesti



Kontata



Liikkua pyörätuolilla



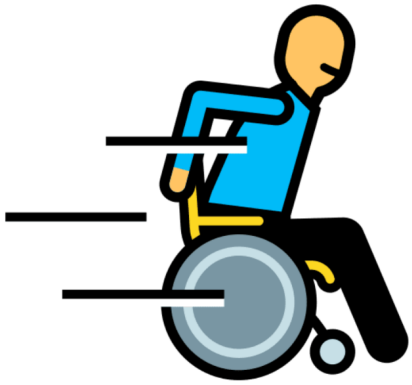
Liikkua vauhdikkasti



Liikkua rytmikkäästi



Kelata nopeasti



Jotenkin muuten



Kuvataulu on tehty Code-Q:n DialoQ® symboleita hyödyntäen Perheiden liikuntaneuvonnan Valttiplus (ESR+) -hankkeessa. Pilottiversio 9/2026.

Euroopan unionin osarahoittama

Liikkua

Tätä kuvataulua voi käyttää havainnollistamaan mitä tarkoitetaan liikkumisella. Esimerkiksi liikkua voi eri tavoin jalkaisin tai apuvälineen avulla paikasta toiseen esimerkiksi kotoa kouluun, kehoa voi liikuttaa pystyasennossa tai lattiatasossa eri suuntiin. Liikkuminen voi olla arkiliikuntaa, esimerkiksi koiran kanssa ulkoilua. Liikkuminen on aktiivista kehon liikettä.