

LUONTOYHTEYS



- Luontoyhteys tarkoittaa ihmisen kokemusta olla osa luontoa.
- Vahva luontoyhteys ilmenee myönteisinä tunteina ja hyvinvointina luonnossa oleskeltaessa sekä haluna toimia luonnon puolesta.
- Varhaislapsuus on erityisen tärkeää aikaa luontoyhteyden kehittymisen kannalta.
- Luontoyhteys vahvistuu, kun lapsi saa tehdä havaintoja tutussa ympäristössä, esimerkiksi vuodenaikojen vaihtelun myötä.
- Luontoyhteyden muodostumisella on merkittävä vaikutus myöhempään ympäristökäyttäytymiseen sekä biofiliaan – eli hyvinvointiamme tukevaan perustarpeeseemme olla yhteydessä luontoon.



**LIIKKUVA
PERHE**

VAHVISTA LAPSEN LUONTOTOYHTEYTTÄ ARJEN PIENILLÄ TEOILLA

Käykää yhdessä lähiluonnossa ympäri vuoden – metsä, puisto tai vaikka oma piha voivat olla täynnä seikkailuja. Lapselle tärkeintä on ihmettely ja oivaltaminen. Ihmetelkää ja iloitkaa yhdessä.

Anna lapsen osallistua suunnitteluun: miettikää yhdessä, mitä luonnossa tehdään, mitä mukaan pakataan ja minne suunnataan. Uudet kohteet tuovat vaihtelua – lapsen on vaikea innostua paikasta, jossa ei ole koskaan käynyt. Sopikaa viikkoon ainakin yksi retkihetki. Se voi olla vaikka iltapala retkirepussa lähimetsässä kiireisenkin viikon keskellä. Tärkeintä on yhdessäolo ja yhteys luontoon – pienikin retki riittää.



PUKEUDU SÄÄN MUKAAN – SILLOIN ULKOILU ON AINA MUKAVAA

Kun kaikilla on päällä säähän sopivat vaatteet, luonnosta voi nauttia ympäri vuoden. Lämmin, kuiva ja sopivasti pukeutunut lapsi (ja aikuinen!) viihtyy pidempään ulkona – silloin syntyy ilon hetkiä ja yhteisiä elämyksiä.

