

TERVEEMPÄNÄ TÖISSÄ PIDEMPÄÄN



**Reipasta
liikuntaa**



Reipas kävely / lenkkeily
Työmatkaliikunta
Kuntosali / jumppa
Leikkiminen lastenlasten kanssa

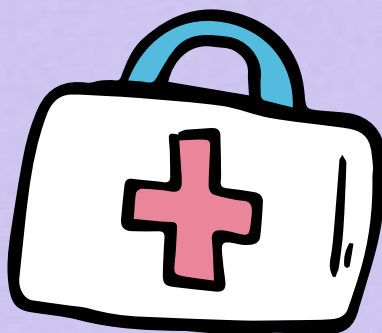
2,5h / vko

7 - 9 h

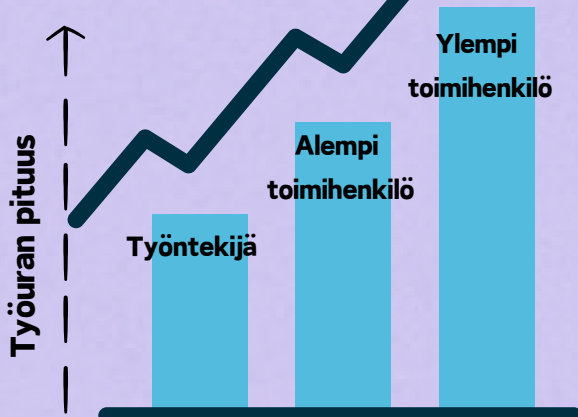
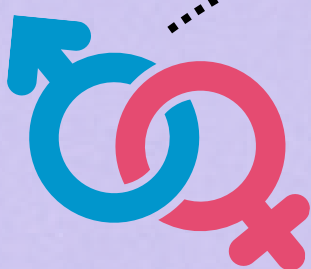
**Riittävästi
unta**



Hyvä terveys



**Pidemmät
työurat**



**Sukupuolten väliset erot työvuosien
määrässä pienempiä kuin
ammattiasemien väliset erot**



**Työuran pidentäminen on
merkittävää yksilölle ja
yhteiskunnalle**



Työsuojelurahasto
Arbetskyddsfonden
The Finnish Work Environment Fund



TURUN
YLIOPISTO