

KESKIVIKKOKÄVELYT

Jalkaudumme kävelemään syksyllä keskiviikkoisin, koska koronatilanteen takia saattavat sisällä kokoontuvat ryhmätapaamiset olla uhattuna.



Tarkoituksena on innostaa kävelyille sekä eri yhdistysten ryhmiä että yksittäisiä henkilöitä. Kävellään syksyn 2020 aikana keskiviikkoisin kello 10 ja/tai 17. Kehotetaan muita ottamaan osaa haasteeseen ja kerrotaan omasta kävelystä sosiaalisessa mediassa aihetunnistein.

Keskiviikkokävelyn ohjeet:

- kävele yksin tai ryhmässä keskiviikkoisin valintasi mukaan joko klo 10, klo 17 tai muuhun itsellesi sopivaan aikaan.
- tee mieleisesi kävelylenkki mielimaisemassasi ja kävele mieleisesi matka
- julkaise halutessasi somessa kuva lenkkimaastostasi ja/tai -seurastasi aihetunnisteilla #keskiviikkokävelyt, #kävelyhaaste
- haasta mukaan kavereita tai muita yhdistyksiä

Polkaisemme kampanjan käyntiin keskiviikkona 19.8.2020 kello 10 Lappeenrannassa vesitornilta. Mukanamme Lappeenrannan kaupungin liikuntajohtaja Pasi Koistinen, Eksoten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päällikkö Aija Rautio sekä kansanedustaja Hanna Holopainen.

Keskiviikkokävelyt lyhyesti:

- alkaa keskiviikkona 19.8.2020
- ajankohta: koko syksy 2020
- kattaa koko Etelä-Karjalan
- some: #keskiviikkokävelyt #kävelyhaaste

Lähetä tietoa keskiviikkokävelyistä omien verkostojesi kautta ja osallistu kävelyille yksin tai ryhmässä.

Lisätietoja Kaakkois-Suomen Sydänpiiri ry: järjestöyöntekijä Johanna Auranen puh. 044 511 1551 ja toiminnanjohtaja Heli Heimala puh. 044 511 1553

