

Liiku luonnossa Valtimolla – liikuntahaastekampanja

Valtimon kunnan Vanhus- ja Vammaisneuvosto, Valtimon Kehittäjät ja Valtimon Apteekki haastavat mukaan kylätoimikunnat, yhdistykset, seurakunnan, koululuokat, ammattiopiston, urheiluseurat, työpaikat ja kaikki asiasta kiinnostuneet osallistumaan liiku luonnossa- kampanjaan.

”Haastamme teidät toteuttamaan tapahtuman, jolla voitte tukea liikkumisen iloa ja saada yhteen kaikenikäiset ja -kuntoiset valtimolaiset. Tapahtuma voi olla pieni pop up-tyylinen yhteinen tapahtuma, retki tai teemapäivä. Samalla saatte tilaisuuden esitellä toimintaanne. Kampanjassa jaettavaan liikuntasuoritekorttiin kootaan kaikki toukokuussa Valtimolla järjestettävät tempaukset, lisäksi tapahtumalle luodaan Facebook - sivusto tiedotusta varten. Liikuntahaasteen tuloksia esitellään Pielisen messuilla ja arvotaan palkinto suorituskorttien palauttaneiden kesken 17.6. 2018.

Tulkaa mukaan rakentamaan yhteistä Valtimon Liiku luonnossa-kampanjaa 1.- 31.5. 2018. Liiku luonnossa-kampanja on kaikenlaisen liikkumisen kuukausi johon kuka tahansa voi osallistua.

Nyt on aika ideoida ja suunnitella oma tapahtuma. Toukokuu antaa mahdollisuuksia ulkoilla ja liikkua luonnossa.

Osallistukaa haasteeseen, kutsukaa mukaan muita tahoja.

Ilmoita tapahtuma yhteiseen tapahtumakalenteriin viimeistään 25.4.2018 mennessä Ilmoittautumiset

osoitteeseen: untotol@gmail.com

Voisitteko laittaa sähköpostilla liitteeksi jonkun oman kuvan jonka voisi lisätä esim. luotuun tapahtumaan sivulla.

Tiedustelut:

- | | | |
|--|--------------|--|
| 1. Valtimon Kehittäjät: Päivi Härkin | 050 370 3051 | paivi.harkin@gmail.com |
| 2. Vanhus- ja vammaisneuvosto Arja Halinen | 013 330 6642 | arja.halinen@siunsote.fi |
| 3. Valtimon Apteekki Mari Suonio | 050 539 4175 | mari.suonio@apteekit.net |

Alla on esimerkkejä Valtimon tapahtumista:

4.5.2018 Ruusunpäivän kävely.

10.5.2018 Vietetään koko Suomen yhteistä liikuntapäivää.

20.5. 2018 Kalliojärviuoksu.



TOUKOKUUSSA TAPAHTUU LIIKU LUONNOSSA VALTIMOLLA – LIIKUNTAHAASTEKAMPANJA

Valtimon kunnan Vanhus- ja Vammaisneuvosto, Valtimon Kehittäjät ja Valtimon Apteekki haastavat mukaan kylätoimikunnat, yhdistykset, seurakunnan, koululuokat, ammattiopiston, urheiluseurat, työpaikat ja kaikki asiasta kiinnostuneet osallistumaan liiku luonnossa kampanjaan. ”Haastamme teidät toteuttamaan tapahtuman, jolla voitte tukea liikkumisen iloa ja saada yhteen kaikenikäiset ja -kuntoiset valtimolaiset. Tapahtuma voi olla pieni pop up-tyylinen yhteinen tapahtuma, retki tai teemapäivä. Samalla saatte tilaisuuden esitellä toimintaanne. Kampanjassa jaettavaan liikuntasuoritekorttiin kootaan kaikki toukokuussa Valtimolla järjestettävät tempaukset, lisäksi tapahtumalle luodaan facebook-sivusto tiedotusta varten. Liikuntahaasteen tuloksia esitellään Pielisen messuilla kesäkuussa 2018.



**Liikuntahaaste
toteutetaan
Valtimolla
toukokuussa 2018**

**Kevään haasteena
on kaikenlainen
liikkuminen
luonnossa**

**Tule mukaan ja
tempaise - kooka
porukiasi
liikkumaan**

**innosta muitakin
ja esitele
toimintaasi**

**INNOSTUITTEKO
OSALLISTUMAAN ?
OTA YHTEYTTÄ JA
ILMOTTAUDU
MUKAAN**

Valtimon
tapaamistupa/Unto
Tolvanen
untotol(ät)gmail.com

viimeistään 25.4.2018