



Tisztelt Polgármester Asszony! Tisztelt Polgármester Úr!

Március 25-én újra indul a „Millió lépés az iskoláért” programunk, melynek során most külön felhívjuk a figyelmet az aktív, zöld közlekedés fontosságára! A 2023 tavaszán indult, majd ősszel is folytatódó program Magyarország legnagyobb mozgásra ösztönző játéka lett. A 2 kihívás alatt több mint 340 ezer résztvevőt mozgattunk meg, akik a lépésszámaikat kilométerbe váltva már majdnem elérték a 100 milliót!

A kihívásban a Millió lépés mobilapplikáció letöltésével lehetett részt venni, amelyben a lépések mellett további 60-féle mozgásforma alakítható át lépésszámmá. A kihívás 11 hete alatt minden héten más-más kihívó – ismert közéleti személy, sportoló vagy szervátültetett – inspirált a mozgásra.

A kihívás résztvevői virtuálisan végigjárták és megismerték az Országos Kékkör túraútvonalait és legszebb látnivalóit, a napi rendszerességgel küldött „Tudtad-e?” üzenetekből pedig egyre több és több ismeretre tettek szert az egészséges életmód és a mozgás fontosságáról.

Ezt a kezdeményezést fogjuk tavasszal kiegészíteni az *Aktívan az iskolába!* felhívással, melyben azt is szeretnénk, ha a résztvevők **Zöldre váltanának!**

Szeretnénk, ha a résztvevők a mindennapos iskolába, munkába járást is aktívan, mindemellett zölden végeznék. Amellett, hogy ez is a lépésgyűjtés egy formája, egészségesebb is, és felhívjuk vele a figyelmet az iskolákat körülvevő utcák indokolatlan nagy dugóira a reggeli csúcsidőszakban – utóbbi már azzal csökkenhetne, ha csak *1000 lépéssel* előbb kiszállnánk autóinkból. A munkába, vagy iskolába érés után az applikációban nyilatkozhatnak majd arról a résztvevők, hogy milyen eszközzel érkeztek aznap, az alábbi pontrendszer és színskála szerint:

- *zöld: ha kerékpárral, gyalog, rollerrel, vagy görkorcsolyával mentek iskolába, az +2 pontot jelent;*
- *sárga: ha közösségi közlekedéssel, az +1 pontot jelent*
- *fehér: ha gépkocsival, vagy ha nem nyilatkoztak, az 0 pont (cél előtt 1000 lépéssel kiszállva 1 pont)*

+Zöldpéntek: minden pénteken az aznapi pont duplát ér!

A kihívás végén itt is nyereményeket fogunk kisorsolni: 30 olyan iskola nyerhet 250 000 forintot sportszervásárlásra, akik legalább 2000 zöld pontot összegyűjtöttek a 11 hét alatt – ide értendők azok az intézmények is, melyek a főkihívásban már nyertek korábban 1 millió forintot.



Millió lépés az iskoláért

Az új fordulóban a sorsoláson azok az iskolák vesznek részt, amelyek legalább hétszer körbeérték a Kékkörön, de ha ezt többször is megteszik, nőnek az esélyeik. **Díj: 100 iskola nyer sporteszközök vásárlására 1-1 millió forintot.** Azon iskolák, amelyek korábban már nyertek 1 millió forintot, már nem vesznek részt a sorsolásban.

A verseny céljai:

1. minél több résztvevő bevonásával rendszeres mozgással lépéseket gyűjteni az iskoláknak, és minél többször végigjárni a Kékkört.
2. minél többen járjanak aktívabban, zöldebben iskolába
3. Legalább 500 ezer aktív résztvevő.
4. Minél több gyalogló a Gyalogló Idősek Klubhálózatának szánt versenyben, ahol nordic walking botokat sorsolnak ki

Támogatási lehetőség:

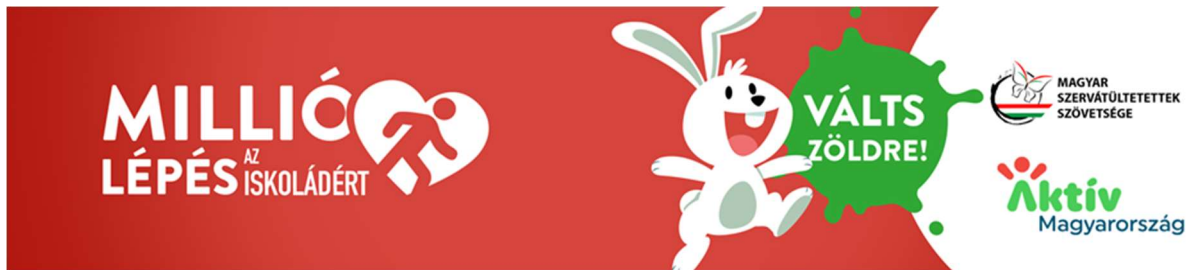
Közös felelősségünk, hogy mindenki aktívan, egészségesen éljen, a nagymamák kocogjanak, a gyerekek feledkezzenek meg a mobiljukról és mozogjanak, és többen autók helyett biciklivel járjanak munkába. Ezt egyedül nem tudjuk elérni! Ezért buzdítunk arra minden önkormányzatot, hogy tegyen a saját polgáraiért, és támogassák a területükön lévő iskolák részvételét, regisztráljanak helyi Idős Gyalogló Klubokat, és ösztönözzék őket a Millió lépés programban való részvételre, a zöld pontok gyűjtésére!

Tavasszal és ősszel is több önkormányzat népszerűsítette a kampányt, 300.000 forint sportszer támogatást biztosítva a területükön lévő valamennyi iskolának, amelyek legalább ötször teljesítették az Országos Kékkör távját. Ezekben a településeken kimondottan magas volt a részvételi arány.

Most ismét erre kérjük Önöket, álljanak az egészséges életmód népszerűsítése mellé!

Minden önkormányzatot, amely vállalja, hogy

1. 7 Kékkör és 2000 zöldpont teljesítése esetén anyagi támogatást nyújt a teljesítő iskoláknak,



2. területéről legalább egy meglévő vagy újonnan regisztrált gyalogló klub aktívan részt vesz a programban
3. népszerűsíti a programot helyi médiumokon keresztül is
4. valamint elhelyezi honlapján a **Millió lépés az iskoláért** bannert,

megjelenítünk a program honlapján (www.milliolepes.hu) támogatóként.

A programban való részvétellel a kihívást támogató önkormányzatok bemutatják, mennyire fontos számukra az aktív életmód és a jövő generáció egészségének megőrzése.

Amennyiben önkormányzatával vállalja a fenti négy kritériumot, kérjük, jelezze ezt levélben a település címerének megküldésével együtt az alábbi elérhetőségen: milliolepes@trapilap.hu

A programot eddig 47 alkalommal támogatták önkormányzatok, ebből Budapest X. kerület Önkormányzata Kőbánya, Budapest XII. kerülete Hegyvidék, Budapest XX. kerület Önkormányzata Pesterzsébet, Budapest XXI. kerület Önkormányzata Csepel, Sárvár, Karcag, Zirc, Budakalász, és Biatorbágy már kétszer is. Az összes támogató önkormányzat megtekinthető: <https://milliolepes.hu/a-program-tamogatoi/>

Bővebb információ: www.milliolepes.hu

Gyalogló klubokkal kapcsolatos kérdésekkel írjanak a zsolt.monszpart@gmail.com címre.

2024. 03. 12.

Révész Máriausz
Aktív Magyarorszáért felelős államtitkár

Dr. Grózi Csaba
stratégiai- és orvos igazgató,
Magyar Szervátültetettek Szövetsége

Monszpart Zsolt
elnök
Monszpart Sarolta Egészséges Életmódért Alapítvány