

LET'S **#BEACTIVE**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

LÄHDETTÄÄN LIIKKEELLE, KAIKKI YHDESSÄ!

European Week of Sport **#BEACTIVE** Liikuntapäivät
European Week of Sport

Euroopan liikuntaviikko – European week of sport on EU komission hanke, minkä tavoitteena on inspiroida Euroopassa asuvat ihmiset liikkeelle. Ohjelma on tarkoitettu kaikille ikään, kokoon tai kuntoon katsomatta.

Lisätietoja ec.europa.eu/sport/week ja liikuntapaivat.fi

www.europeactive-euaffairs.eu

www.liikuntapaivat.fi

#LetsBeActive

liikuntapaivat@sky-ry.fi

Suomen kunto- ja terveystakeskusten yhdistys

www.sky-ry.fi



LET'S **#BEACTIVE**

europeactive
MORE PEOPLE | MORE ACTIVE | MORE OFTEN

MITÄ

Let's #BEACTIVE innostaa liikkumaan

- Hankkeen tavoitteena on saada 60,000 liikuntaa harrastamatonta Euroopassa asuvaa aikuista liikkeelle ja omaksumaan liikunnallinen elämäntapa osaksi jokapäiväistä elämää.
- Hankkeen aikana mitataan osallistujien edistymistä ja sitä kautta motivoida heitä. Tiedon avulla tuotetaan myös tutkimusaineistoa liikunnan terveysvaikutuksista.
- Hanke inspiroi European Week of Sport ja Liikuntapäivät –hyvinvointitapahtumia.

MITEN

- Ohjelmaan haetaan osallistujia kohdennetun kampanjan ja sidosryhmäviestinnän avulla.
- Ohjelma toteutetaan kuntokeskuksissa, kuusi viikkoa kestävässä ohjatuissa liikuntaryhmissä useassa eri Euroopan maassa.
- Osallistujien edistymistä mitataan mobiiliapplikaation avulla ja samalla kerätään tietoja hankkeen jatkokehitystä varten.

MILLOIN

- Hankkeen kesto on tammikuusta 2018 joulukuuhun 2020.
- Ohjatut Let'sBeActive liikuntaryhmät käynnistyvät vuosittain syyskuussa European Week of Sport ja Liikuntapäivät –viikona aikana.

MUKANA

- EuropeActive
- Ireland Active
- ukactive
- España Activa (FVAS)
- Portugal Active (AGAP)
- National Sport and Fitness Association of Italy (ANIF)
- Czech Chamber of Fitness (CKF)
- Lithuanian Association of Health and Fitness Clubs (LSKA)
- Finnish Health and Fitness Center's Association (SKY)

Lisätietoja: www.liikuntapaivat.fi www.sky-ry.fi www.europeactive-euaffairs.eu