

Liikkumislupaukseni

Tiesitkö, että valitsemme usein auton lyhyille, alle kolmen kilometrin matkoille? Tai että lihasvoimin liikkuminen on vähentynyt lähes kaikissa ikäryhmissä? Kävely ja pyöräily ovat helppoja tapoja lisätä liikkumista päivään! Samalla vähennetään autoilun aiheuttamia päästöjä.

Tee oma liikkumislupauksesi! Korvaamalla automatkoja kävelyllä ja pyöräilyllä, lisäät päivittäistä liikuntamääräsi ja vähennät päästöjäsi.

Laita rasti ruutuun, jos ehdotus tuntuu sinulle sopivalta:

Kuljen jalan/pyörällä alle kolmen kilometrin mittaiset matkat aina, kun se on mahdollista.

Kiitos lupauksestasi!

Kulje  viisaasti

 JAPA

Liikkumislupaus on osa Jyväskylän kestävä kehitys JAPA ry:n Viisaasti liikkeellä -hanketta, jota rahoittaa Traficom.

Liikkumislupaukseni

Tiesitkö, että valitsemme usein auton lyhyille, alle kolmen kilometrin matkoille? Tai että lihasvoimin liikkuminen on vähentynyt lähes kaikissa ikäryhmissä? Kävely ja pyöräily ovat helppoja tapoja lisätä liikkumista päivään! Samalla vähennetään autoilun aiheuttamia päästöjä.

Tee oma liikkumislupauksesi! Korvaamalla automatkoja kävelyllä ja pyöräilyllä, lisäät päivittäistä liikuntamääräsi ja vähennät päästöjäsi.

Laita rasti ruutuun, jos ehdotus tuntuu sinulle sopivalta:

Kuljen jalan/pyörällä alle kolmen kilometrin mittaiset matkat aina, kun se on mahdollista.

Kiitos lupauksestasi!

Kulje  viisaasti

 JAPA

Liikkumislupaus on osa Jyväskylän kestävä kehitys JAPA ry:n Viisaasti liikkeellä -hanketta, jota rahoittaa Traficom.