

Hälsostegen

Samla steg och vinn priser!

Samla steg för den egna hälsan och för din förening!
Delta i kampanjen 1 – 31.10.2024. Välj din egen målsättning!

Vad?

Folkhälsanmedlemmar (över 15 år) och personal håller koll på sina steg under oktober månad.

Tips: Ladda ner en valfri, gratis stegräknarapp på din mobil!



Är du ännu inte medlem men tycker det här låter toppen?

Gå in på www.halsostegen.fi och klicka på Inte medlem?

Skriv därefter in dig i valfri förening, sedan är det bara att registrera dig och samla steg för din nya förening!

Varför?

Minska stillasittandet och öka vardagsmotionen!
Var och en väljer själv sin målsättning.
Klarar du ditt mål?

Hur?

Alla registrerar sig först på www.halsostegen.fi
Därefter kan du logga in med e-postadressen och det lösenord du själv valt. Skriv sedan in dina steg på din startsida varje dag.

Vad får jag?

Koll på hur mycket du rör dig i vardagen.
Dessutom deltar du i utlottningen av fina vinster samt samlar steg för din förening.
Den stegrikaste föreningen vinner ett fint pris.

HALSOSTEGEN.FI