



Pobyt na čerstvém vzduchu a pohyb jako prevence duševního zdraví.

Nechali jsme se inspirovat výzvou „Do práce na kole“. Chceme se zaměřit na zdraví jak fyzické, tak duševní.

Rozhodli jsme se vyměnit automobily a hromadnou dopravu za pěší chůzi, běh, kola či koloběžky.

Od 1. – 31. května budeme zaznamenávat naše každodenní pohybové aktivity, které následně zpracujeme a vytvoříme prezentaci výsledků.

**CELÝ
KVĚTEN**

HÝBEME SE

**PŘIDEJTE
SE**

**PĚŠKY NA
KOLE
ČI
KOLOBĚŽKY**

**ISKÉRKA O.P.S.
CHODSKÁ 534**

**756 61 ROŽNOV P/R
WWW.ISKERKA.CZ**

