

## Elke stap telt!

Halle doet mee aan de campagne **10.000 stappen: elke stap telt!** van het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw, Sport Vlaanderen, Agentschap Zorg en Gezondheid en de Vlaamse Logo's. Zo zetten we de komende 4 jaar stap voor stap in op meer beweging in onze stad.

Samen bouwen we aan zorgzame buurten. Buurten waarin onze bewoners zorg voor elkaar dragen in de ruime zin van het woord, waar levenskwaliteit en gezondheid centraal staan en waar mensen zich goed en geborgen voelen. Buurten die mensen in beweging brengen. Letterlijk en figuurlijk. Want een buurt kan enkel zorgzaam zijn als ze ook beweegvriendelijk is! Meer beweging is niet alleen goed voor je gezondheid maar je voelt je ook beter in je vel, je slaapt beter, je hebt meer sociaal contact, je zorgt voor minder vervuiling en geluidshinder van auto's en maakt zo de Halse buurten en straten leefbaarder.

## Halle helpt jou meer te stappen!

Heb je de stappensignalisaties al gezien in de Halse straten? Hiermee tonen we dat kleine afstanden tussen nuttige locaties in je buurt ook extra stappen opleveren. De stad Halle zorgde voor:

- Gepersonaliseerde deurmatten voor de Verenigde Handelaars van Halle
- Grondmarkeringen en stickers in de vorm van een voetstap
- Affiches met tal van leuke spreuken

## Zet jij mee je beste beentje voor?

- **Zet meer stappen** door bijvoorbeeld te voet naar de bakker te gaan, te spelen met de kinderen, al bellend een wandelingetje te doen, de trap te nemen in plaats van de lift, ...
- Hang één van de **affiches** van 'Elke stap telt!' op en roep zo jouw burens op om ook meer te stappen. Hoe meer affiches, hoe meer we elkaar kunnen motiveren! De affiches zijn te verkrijgen op het stadhuis.
- Volg de **Facebookpagina** van @gezondlevenvzw op de voet voor leuke info en wedstrijden. *10.000 stappen* belooft de leukste inzendingen!

## Info:

- Gelijke kansen | [gelijkekansen@halle.be](mailto:gelijkekansen@halle.be) | T 02 365 97 05
- [10000stappen.gezondleven.be](http://10000stappen.gezondleven.be)

**Info voor de pers:** Schepen Christophe Merckx (sociale projecten) | [christophe.merckx@halle.be](mailto:christophe.merckx@halle.be) | T 0496 37 04 85