

Interreg



Bendrai finansuoja
EUROPOS SĄJUNGA

Latvija – Lietuva

PROJEKTO APRAŠYMAS

Healthy Lifestyle “A Billion Steps Challenge”

Interreg VI-A Latvia–Lithuania Programme 2021–2027

Projekto Nr. LL-00249 (BISTEPS)

Projekto tikslas

Projekto tikslas – skatinti fizinį aktyvumą Biržų, Ignalinos ir Šiaulių savivaldybėse Lietuvoje bei Latgalės ir Kuržemės regionuose Latvijoje, inicijuojant inovatyvų tarptautinį „A Billion Steps Challenge“ iššūkį. Šiuo iššūkiu siekiama paskatinti gyventojus rinktis sveikesnį gyvenimo būdą, didinti fizinį aktyvumą ir taip aktyviau rūpintis savo sveikata.

Projekto pareiškėjas

VšĮ „Mokymų sinergija“

Projekto partneriai

- Biržų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
- Ignalinos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
- Kuržemės planavimo regionas
- Latgalės planavimo regionas

Projekto veiklos

Projekto metu bus sukurta interaktyvi sveiko gyvenimo būdo platforma ir žingsnių skaičiavimo mobilioji programa, kuri leis projekto dalyviams stebėti savo fizinio aktyvumo rezultatus ir pasiekimus. Platformoje bus numatyti įvairioms asmenų grupėms pritaikyti vaikščiojimo takai, atsižvelgiant į žmonių su negalia, vyresnio amžiaus asmenų, vaikų ir sportuojančių asmenų poreikius.

Projektas apims plačią visuomenės informavimo ir įtraukimo kampaniją, kurią sudarys viešieji renginiai, leidiniai, virtualios veiklos bei tarptautinis vaikščiojimo iššūkis. Iššūkis skatins dalyvius aktyviau judėti, siekti asmeninių fizinio aktyvumo tikslų ir draugiškai konkuruoti tarpusavyje.

Siekiant užtikrinti ilgalaikį projekto poveikį, bus apmokyti sveiko gyvenimo būdo propagavimo savanoriai. Jie veiks kaip projekto ambasadoriai, padėsiantys įtraukti bendruomenių narius, skatinti jų dalyvavimą ir populiarinti sveiko gyvenimo principus.

Tikslinės grupės

Projektas skirtas įmonių darbuotojams, mokyklų bendruomenėms ir plačiajai visuomenei. Projekto dalyviams bus organizuojami mokymai, žygiai, stovyklos ir kitos fizinį aktyvumą bei sveiką gyvenseną skatinančios veiklos.

Į projektą taip pat bus įtraukiami regioniniai sprendimų priėmėjai, siekiant skatinti teigiamą, ilgalaikį ir tvarų požiūrį į sveiko gyvenimo principų taikymą bendruomenėse.

Projekto inovatyvumas ir pridėtinė vertė

Projekto inovatyvumą sudaro tarpvalstybinis Lietuvos ir Latvijos regionų bendradarbiavimas bei praktiškų ir prieinamų priemonių, skatinančių fizinį aktyvumą ir sveiko gyvenimo kultūrą, kūrimas. Interaktyvi platforma, mobilioji programėlė, pritaikyti vaikščiojimo takai ir tarptautinis žingsnių iššūkis sudarys sąlygas gyventojams patogiai stebėti savo aktyvumą ir motyvuotai siekti geresnių rezultatų.

Projektas prisidės prie fizinio aktyvumo didinimo, sveikesnio gyvenimo būdo kultūros stiprinimo, bendruomenių įsitraukimo ir glaudesnio Lietuvos bei Latvijos regionų bendradarbiavimo.