

#PloggingKymenlaakso

- luontoliikunnan

kesäkampanja 1.7.-31.8.2021

Luontoliikunnan kesäkampanjalla kannustetaan kymenlaaksolaisia liikkumaan haluamallaan tavalla pitäen huolta itsestä, läheisistä ja ympäristöstä.



Plogging -termi tulee ruotsin kielen sanoista jogging (lenkkeily) ja plocka upp (poimiminen).

Voit osallistua kampanjaan kävelemällä, juoksemalla, pyöräilemällä tai jollakin muulla itsellesi mieluisalla kuntoilutavalla keräten samalla roskia reitin varrelta. Ploggaamalla liikkujan on näin mahdollista edistää sekä omaa että luonnon hyvinvointia.

Kampanjan aikana voit halutessasi julkaista kuvan tai viestin omasta Plogging -lenkistäsi tällä tapahtumasivulla tai lähettää sen sähköpostilla siiri.kinnunen@pyhtaa.fi, ja lisää julkaisuun tai viestiin #PloggingKymenlaakso. Elokuun aikana Pyhtään vapaa-aikapalvelut arpoo palkintoja kaikkien kuvan tai viestin lähettäneiden kesken.

Tutustu Plogging -käytännön vinkkeihin Suomen Ladun verkkosivuilla [suomenlatu/plogging](https://suomenlatu.fi/plogging)

#PloggingKymenlaakso -kampanjan järjestää KymLi ry:n koordinoiman Kymenlaakson terveystuokuntastrategian kuntien liikuntatoimen edustajista koostuva Kunta kuntoon -työryhmä sekä strategiaan pohjautuva maakunnallinen luontoliikuntaverkosto koostuen alueellisista luontotoimijoista. Tutustu strategiaan liikuntaa.fi tai kymli.fi/terveystuokuntastrategia