



**„Mozdulj, Mama!”  
népegészségügyi közösségi gyalogló nap**

Az Emberi Erőforrások Minisztériumának Egészségügyért Felelős Államtitkársága kezdeményezésére megvalósuló **„Mozdulj, Mama!”** elnevezésű **ingyenes népegészségügyi sportrendezvény**, amely elsősorban a **nyugdíjas korúakat és unokáikat** hívja családi, közösségi sétára.

A program felelőse **dr. Szócska Miklós** egészségügyért felelős államtitkár, fővédnöke **Jonathan Knott**, az Egyesült Királyság rendkívüli és meghatalmazott magyarországi nagykövete, házigazdája **Tarlós István Budapest főpolgármestere** és szakmai együttműködő partnere **Balogh Gábor** sportügyekért felelős miniszterelnöki tanácsadó.

A gyalogló nap generációktól független, aktív kikapcsolódást nyújt a család apraja-nagyja számára. A fiatal korosztályt emellett arra ösztönzi, hogy ne csak ezen a napon, hanem később is segítsen nagyszüleinek abban, hogy napi, heti rendszerességgel legalább egy órát gyalogoljanak vagy mozogjanak. A népegészségügyi program célja, hogy egyszerű példákon keresztül bizonyítsa a **mindennapi rendszeres testmozgás** életmódra gyakorolt pozitív hatását, valamint, hogy újabb alkalmat adjon a generációk közötti párbeszédre, hiszen az Európai Unió ez évi üzenete is: „2012 – Az aktív idősödés és a nemzedékek közötti szolidaritás európai éve”.

A **„Mozdulj, Mama!”** elnevezésű közösségi gyalogló nap

**2012. június 23-án, szombaton 11:00 – 14:00 óra között a Margitszigeten**

kerül megrendezésre. Gyülekező, regisztráció, rajtszamosztás: 10:00 órától az Atlétikai Centrum bejáratánál. A programot **Monspart Sarolta** tájékoztató futó világbajnok bemelegítéssel nyitja, **ezután 3 km-es, közös gyaloglás** következik a Margitszigeten, de ezen kívül lesz még **több mint 30 féle térítésmentes egészségügyi szűrés, Megasztár 6 döntőseinek fellépése, kozmetikai és életmód-tanácsadás, játszó és foglalkoztató programok gyermekek részére**, valamint a helyszínen **nagyértékű nyeremények** (2 fő részére hétféligi pihenés egy négycsillagos wellness szállodában, 2 fő részére Londonba szóló utazás, valamint 2 db Neuzer-kerékpár) sorsolása, sőt lehetőség nyílik majd olimpikonokkal, neves sportolókkal való találkozásra is. Minden rajtszámmal rendelkező, sikeres célba érő befutócsomagot kap ajándékba. A rendezvény a TV2 médiapartnerségével valósul meg. A kampány Facebook-oldalán ([www.facebook.com/mozduljmama](http://www.facebook.com/mozduljmama)) a TV2 arcai és a Megasztár 6 legjobbjai a mindennapi testmozgás jótékony hatásáról és egészségünk megőrzésében elengedhetetlenül fontos szerepéről osztják meg velünk saját tapasztalataikat, posztolják véleményüket. A látogatók között értékes nyeremények kerülnek kisorsolásra.

További információ a [mozdulj@planbmedia.hu](mailto:mozdulj@planbmedia.hu) email-címen vagy a +36 1 445 0492 telefonszámon.