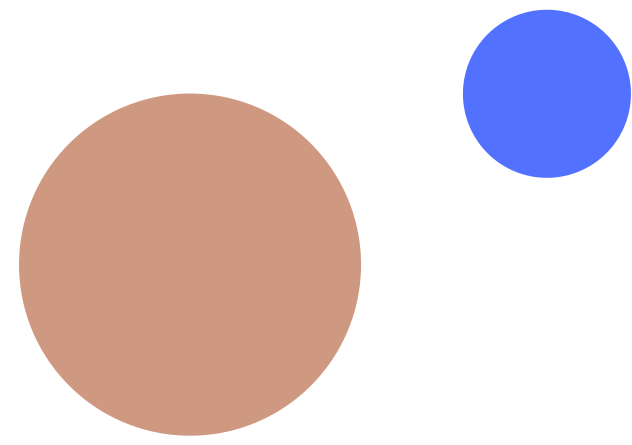




Liikutaan lihasvoimin!

-arkiliikuntakampanja

Liikkujan apteekeille



Kulje viisaasti





Liikutaan lihasvoimin! on Liikkujan apteekkeille tarkoitettu arkiliikuntakampanja, jota apteekit voivat hyödyntää osana Liikkujan apteekki -konseptia.

Kampanjan tarkoituksena on kannustaa apteekin asiakkaita kestävään liikkumiseen ja arkiliikuntaan, kuten kävelyyn ja pyöräilyyn.



Kampanja koostuu markkinointimateriaalista sekä ideoista, joita apteekit voivat hyödyntää toiminnassaan.



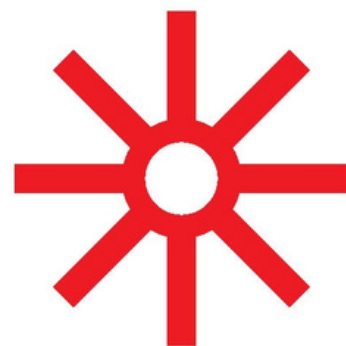
Kampanjan materiaalit on tuottanut Jyväskylän kestävä kehitys JAPA ry osana Viisaasti liikkeellä -hankketta, joka saa rahoituksena Traficomien liikkumisen ohjauksen valtionavustuksista.



Markkinointimateriaalit

Kampanjan markkinoinnissa hyödynnetään pääasiassa somea, mutta myös perinteisiä julisteita ja flyereitä. Valmiit pohjat erilaisiin kanaviin helpottavat kampanjointia.

Materiaalitiedostot voi tilata maksutta JAPAlta osoitteesta toimisto@japary.fi.



Kulje viisaasti



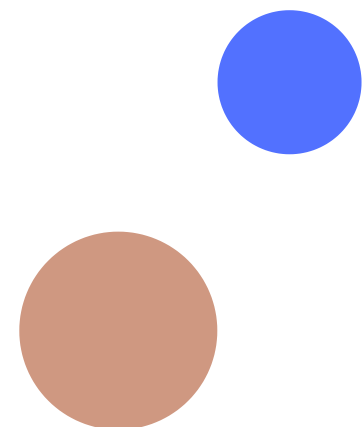
Liikutaan lihasvoimin!
-arkiliikuntakampanja

Apteekki sähköpyörän lainauspisteenä

Liikkujan apteekki voi halutessaan toimia sähköpyörän lainauspisteenä. Tarkoituksena on, että apteekin asiakkaat voivat kokeilla sähköpyörää 1-3 vuorokautta ja saada näin kokemuksen sähköpyöräilystä.

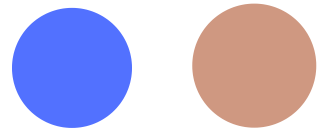
Sähköpyörän apteekki saa lainaksi Lastipyörälainaamosta 1-3 kuukauden ajaksi. Apteekki saa lainaamosta myös paperisen varauskalenterin sekä ohjeistuksen lainaustoimintaan. Sähköpyörä vaatii apteekilta lukittavan säilytystilan.

Sähköpyörää voi tiedustella lainaan JAPAlta, toimisto@japary.fi.



Keuruun ja Säynätsalon apteekit sähköpyörän lainauspisteinä

Keuruun ja Säynätsalon Liikkujan apteekit ovat toimineet sähköpyörän lainauspisteinä kesinä 2019-2021. Apteekin asiakkaat ovat lainanneet pyörää apteekin kautta ja kokeilu on osoittautunut toimivaksi. Sähköpyörän ja ohjeistuksen lainaustoimintaan apteekit ovat saaneet Lastipyörälainaamosta.



"Tää ollut huikea menestys. Pyörä on ollut oikeastaan koko ajan menossa."

Säynätsalon apteekki

"Monet asiakkaat, varsinkin kesäasukkaat, olivat kovin ilahtuneita ja yllättyneitä tällaisesta mahdollisuudesta. Kaikkiaan sai hyvän, positiivisen vastaanoton."

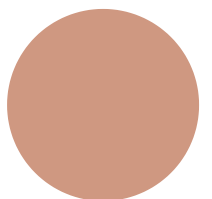
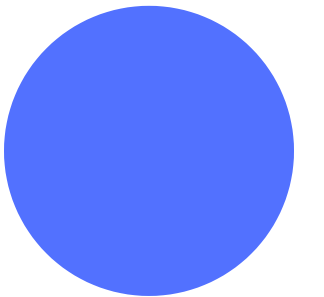
Keuruun apteekki



Erilaisia materiaaleja hyödynnettäväksi

JAPA ry:n verkkosivuilla on erilaisia kestävään liikkumiseen liittyviä materiaaleja, joita voi hyödyntää:

- Kulje viisaasti! -kestävän liikkumisen seurantakortti
- Liikuntalupaus -lupaus kestävämmän liikkumisen puolesta
- Videoita somessa jaettaviksi:
 - Polkupyörän perushuolto
 - ketjujen huoltaminen, rengaspaineiden tarkistus jne.
 - Kävellään!
 - Oikea kävelytekniikka, kävelijän varusteet ja venytykset



Materiaalit voi ladata käyttöön osoitteesta: www.japary.fi/palvelut/materiaalit

Muita ideoita

Valtakunnallinen Kilometrikisa ja Kävelykilometrikisa

- Kilometrikisa on tarkoitettu pyöräilijöille ja Kävelykilometrikisa nimensä mukaisesti kävelijöille. Valitkaa jompikumpi tai molemmat :)
- Perustakaa apteekille oma joukkue kisan sivuille ja kannustakaa asiakkaita liittymään siihen. Apteekki voi halutessaan arpoa omia välipalkintoja oman joukkueen kesken. Palkinnot voivat olla esim. apteekin omasta valikoimasta: perusvoiteita, laastaripaketti, aurinkorasvaa jne.
- Vaihtoehtoisesti joukkueen voi muodostaa apteekin henkilökunta. Haastakaa myös muut apteekit mukaan!
- Lisätietoa Kävelykilometrikisasta: <https://kavelykilometrikisa.fi/> ja Kilometrikisasta: <https://www.kilometrikisa.fi/>

Jyväskylän kestävä kehitys JAPA ry

Lastipyörälainaamo

Kulje  viisaasti



Matarankatu 6 A 1
40100 Jyväskylä

toimisto@japary.fi

www.japary.fi