

Newsletter si můžete přečíst také v [online verzi](#).



Zpravodaj pro účastníky výzvy

Proč chodit | Zlepšujeme webovky | Příběhy plné inspirace

Milí chodci a chodkyně,

*říjnová výzva je už za svou půlkou a jsme tak **na půli cesty k vybudování návyku chodit**, ale zároveň se to může kdykoliv zvrhnout a chodit přestaneme... Pevně věříme, že všichni vytrváme a pořádně do toho ještě šlápneme. Pokud by Vám docházela motivace, můžete se inspirovat příběhy dalších účastníků na našem blogu!*

Ať to šlape!

– Váš tým 10 000 kroků



Proč chodit?

Chůze má pozitivní dopady na **naše zdraví**, ale také pozitivní vliv na **prostor kolem nás**. S větším počtem chodců je v obci **méně aut**, což je nejen ohleduplné vůči životnímu prostředí 🌿, ale také **život na takovém místě je příjemnější**, a to nejen pro chodce.

"Při chůzi po městě poznáte krásy a zákoutí, která z auta nikdy nebudete vnímat. Je třeba jít vzorem, aby občané viděli, že výzva není jen nějaké prázdné gesto," myslí si místostarosta Pelhřimova **Zdeněk Jaroš**, jehož město se stejně jako on sám výzvy účastní.

Výzvu organizuje spolek **Partnerství pro městskou mobilitu, z.s.**

Kromě výzvy máme další projekty, kterými se snažíme vytvářet **dobrá města pro život.**

Možná jste slyšeli o [CykloVizi2030](#), [Citychangers](#) nebo [Ceně Víta Brandy](#)?

Prozkoumejte.

Partnerství pro městskou mobilitu

Dotazník pro účastníky ohledně webu

Rozhodli jsme se **zlepšit webové stránky** tak, abyste s nimi byli spokojeni a našli na nich vše, co potřebujete. Proto je pro nás důležitý Váš názor a budeme rádi za jakékoli podněty. Nebojte, **formulář je anonymní** a **vyplnění Vám zabere jen pár minut**. Moc nám vyplněním pomůžete. Děkuje 🙏.

Chci vyplnit dotazník

Příběhy plné inspirace



Každý pojímá výzvu po svém. Někdo je zvyklý chodit desítky kilometrů denně a pro jiného je úspěchem, když ujde nižší jednotky. Obojí je v pořádku, **každý by měl chodit podle sebe a překonávat své vlastní limity** 🍀.

Pokud patříte do kategorie "šilenců", kteří **ujdou desítky kilometrů denně** 🤖 (nebo byste chtěli pochopit, jak je to možné), přečtěte si [rozhovor s vítězem dubnové výzvy Slávišťákem](#). Přibližuje v něm, jak to dělá a proč tak hodně chodí.

Pokud patříte do kategorie těch, kteří **chodí hlavně pro své zdraví**, mohl by Vás inspirovat [příběh Pavla](#). S nadváhou bojuje už roky. Úspěšné pokusy střídají ty neúspěšné, ale on se stále nevzdává a pokračuje ve své snaze!

Více příběhů si můžete přečíst na našem [blogu](#).

Jaké jsou další příběhy?



Děkujeme mediálním partnerům! 🙏

Výzva 10 000 kroků může fungovat i díky našim mediálním partnerům 😎 .

[Kdykde](#), [Vyletnik](#), [Aktivní Česko](#), [AMQS vision](#), [Wawe](#), [maker](#), [České dráhy](#), [Kam po Česku](#), [Moderní obec](#), [Kudyznudy Group](#), [MSvět](#), [Outdooru](#), [Turistika](#), [Ekolist](#)

Díky za vaši přízeň a podporu!





10000
KROKŮ

Zpravodaje vám odesílá
Peta

Generální partneři



Hlavní mediální partner

Hlavní partneři



Partneři



Mediální partneři



Stáhněte si aplikaci:



Už vám nic neunikne:

Organizátor výzvy:
Partnerství pro městskou mobilitu, z.s.

Chomoutov 388, 783 35 Olomouc

www.dobramesta.cz

Pokud už nechcete dostávat tyto zpravodaje, odhlásit se můžete [ZDE](#).