**Arjen askelmat edistävät terveyttä ja työkykyä**

Työpaikallamme vietetään 31.10.–6.11. **Porraspäiviä**. Tarkoituksena on herätellä pieniin, arkisiin, terveyttä edistäviin valintoihin, kuten valitsemaan portaat hissin sijaan. Hisseistä ja portaista löytyy kannustavia viestejä, joiden avulla toivomme kaikkien ottavan askeleen kohti hyvinvointia. Haasta työkaverikin mukaan!

Lisätietoa kampanjasta löydät osoitteesta [www.porraspaivat.fi](file://lfs01.likes.jyu.fi/MiscShares/KKI/Porrasp%C3%A4iv%C3%A4t/Porrasp%C3%A4iv%C3%A4t%202015/Materiaalit/Tiedotteet/www.porraspaivat.fi). Sieltä näet myös kaikki työyhteisöt ympäri Suomen, jotka ovat mukana vuoden 2022 valtakunnallisissa Porraspäivissä.

Porraspäiviä toteuttaa Liikkuva aikuinen -ohjelma.

Sitten ei muuta kuin iloista ja reipasta työpäivän jatkoa. Portaissa nähdään!