



## TEE SE TÄNÄÄN – OTA RATKAISEVA ASKEL OIKEAAN SUUNTAAN.

Yrityksessämme vietetään tällä viikolla Porraspäiviä. Tarkoituksena on havahduttaa itse kukin meistä huomaamaan, kuinka omaa terveyttään ja hyvinvointiaan voi helposti kohentaa jo pienillä arjen valinnoilla. Kuten valitsemalla portaat hissin sijaan.

Yrityksemme hisseistä ja portaista löytyykin nyt kannustavia viestejä ja hilpeitä neuvoja, joita noudattamalla tulee kuin itsestään ottaneeksi askeleen oikeaan suuntaan. Ja niinhän arjen valintojen kanssa pitää ollakin.

Porraspäivien takana on myös suurempi ajatus. Porraspäivät ovat osa kansallista Maailman tervein kansa 2015 -hanketta, jonka tavoitteena on edistää kaikkien suomalaisten terveyttä, hyvinvointia ja elämänlaatua. Tähän pyritään ennen kaikkea rohkaisulla ja kannustuksella ja arjen pieniin valintoihin vaikuttamalla – kuten Porraspäiviä järjestämällä. Lisätietoa aiheesta löydät osoitteesta [www.terveinkansa.fi](http://www.terveinkansa.fi).

Sitten ei muuta kuin hyvää työpäivän jatkoa. **Portaissa nähdään!**

**PORRASPÄIVÄT 2.-6.11.2009**

## TEE SE TÄNÄÄN – OTA RATKAISEVA ASKEL OIKEAAN SUUNTAAN.

Yrityksessämme vietetään tällä viikolla Porraspäiviä. Tarkoituksena on havahduttaa itse kukin meistä huomaamaan, kuinka omaa terveyttään ja hyvinvointiaan voi helposti kohentaa jo pienillä arjen valinnoilla. Kuten valitsemalla portaat hissien sijaan.

Yrityksemme hisseistä ja portaista löytyykin nyt kannustavia viestejä ja hilpeitä neuvoja, joita noudattamalla tulee kuin itsestään ottaneeksi askeleen oikeaan suuntaan. Ja niinhän arjen valintojen kanssa pitää ollakin.

Porraspäivien takana on myös suurempi ajatus. Porraspäivät ovat osa kansallista Maailman tervein kansa 2015 -hanketta, jonka tavoitteena on edistää kaikkien suomalaisten terveyttä, hyvinvointia ja elämänlaatua. Tähän pyritään ennen kaikkea rohkaisulla ja kannustuksella ja arjen pieniin valintoihin vaikuttamalla – kuten Porraspäiviä järjestämällä. Lisätietoa aiheesta löydät osoitteesta [www.terveinkansa.fi](http://www.terveinkansa.fi).

Sitten ei muuta kuin hyvää työpäivän jatkoa. **Portaissa nähdään!**