



## Information zum „Tut gut!“-Schrittweg

Unser gemeinsames Ziel ist es, Sie als Gemeindegängerin bzw. Gemeindegänger zu mehr Alltagsbewegung zu animieren. "Gesunde Gemeinden" in Niederösterreich können einen **„Tut gut!“-Schrittweg eröffnen und erhalten hierfür eine kostenlose Beschilderung.**

**Ziel:** Es soll für die Bewohnerinnen und Bewohner eine ansprechende Möglichkeit geschaffen werden, das persönliche Schrittekonto durch den **„Tut gut!“-Schrittweg** unkompliziert und schnell zu erhöhen.

### **Kriterien:**

- ✓ Spazierweg, einfach zu bewältigen, gut befestigt
- ✓ Rundweg
- ✓ Zentrale Lage (z.B. ab dem Gemeindeamt, am Pfarrplatz, ...)
- ✓ zwischen 1.000 und 10.000 Schritte lang (0,8km-8km)
- ✓ Gesunde Gemeinde
- ✓ eingereichter Projektantrag

*Bsp.: Der „Tut gut!“-Schrittweg in der Gemeinde ist 1,6km lang und startet direkt beim Gemeindeamt. Die Gemeindegängerinnen wissen, wenn sie in der Mittagspause ihr persönliches Schrittekonto auffüllen möchten, können sie diesen Weg nutzen, und so zusätzliche 2.000 Schritte verbuchen. Sie benötigen dafür rund 20 Minuten.*

## Welche Unterstützung gibt es von Seiten der "Tut gut!" Gesundheitsvorsorge GmbH?

Gesunde Gemeinden erhalten bei erstmaliger Installation eines „Tut gut!“-Schrittwegs:

- ✓ 1 Einstiegstafel + Halterung (=Rohrrahmen mit Erdspieß oder Flansch zur Befestigung in Asphalt oder Beton kostenlos) + Dispenser (= Prospekthalter A5)
- ✓ Richtungspfeile beidseitig bedruckt (kostenlos)
- ✓ Sujet A4-Karte und gpx-Daten der Route(n) zur digitalen Verwendung, z.B. für die Gemeindezeitung oder die gemeindeeigene Website
- ✓ Jährliche Projektunterstützung von insgesamt max. EUR 400,- im Rahmen des Jahresbudgets der Gesunden Gemeinde für „Tut gut!“-Schrittwege (und „Tut gut!“-Wanderwege). Dabei gilt:
  - Jährliche Projektunterstützung von 80% im Rahmen des Jahresbudgets für Basisaustattung (z.B. Druck von A5-Karten, Dispenser etc.)
  - Jährliche Projektunterstützung von 40% im Rahmen des Jahresbudgets für z.B. Sitzbänke, Spielgeräte entlang des Weges, Werbematerialien für die Bewerbung des Weges, ...und für die Schwerpunktthementafeln

Nähere Informationen erhalten Sie bei Mag. Christian Paumann, MSc., BSc. unter 0676 8587034413 oder per Mail: [christian.paumann@noetutgut.at](mailto:christian.paumann@noetutgut.at).

**Wichtiger Hinweis: Für dieses Angebot steht ein begrenztes Kontingent zur Verfügung!**