




**Better **health** and **fun** at work!**



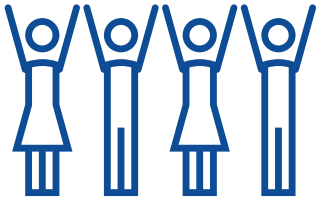
**Csatlakozz a lépésszám kihívásunkhoz**  
**”Lépésről lépésre Párizsig!”**  
**Október 14. – November 30.**

Halmajugráról induló 48 napos digitális túránk alatt meglátogatunk virtuálisan minden hazai Saint-Gobain telephelyet, teszünk egy kitérőt a prágai regionális központba, majd Párizs felé vesszük az irányt. Együtt szórakoztató, egyszerű és motiváló élmény aktívabbá tenni a hétköznapjainkat. Célunk az átlagos napi 8000 lépésszám elérése a kihívás idejére.



### A CÉL ELÉRÉSE

Célunk, hogy a kihívás teljes időszaka alatt elérjük az átlagos napi 8000 lépésszámot elérjük. Minden megtett lépés és minden regisztrált extra aktivitás számít.



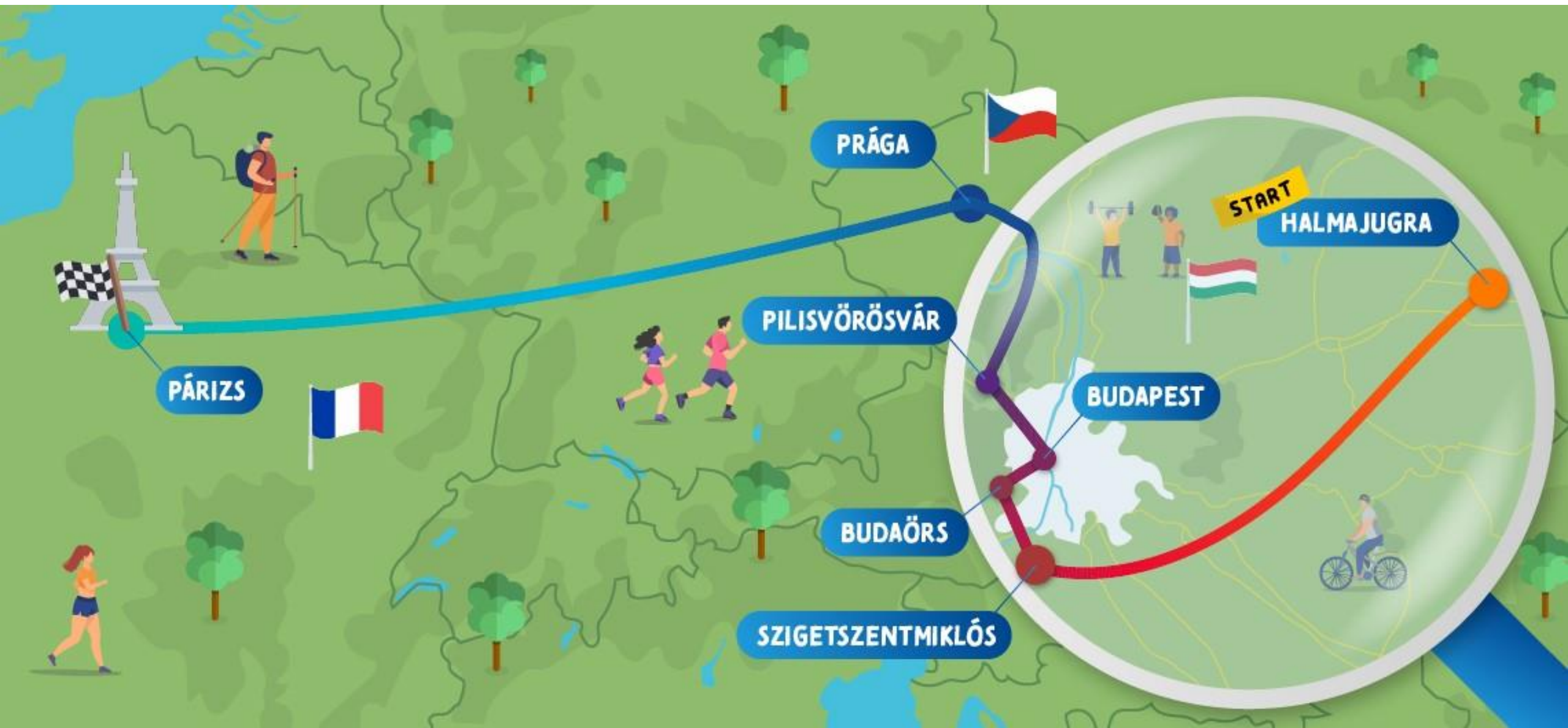
### KÖZÖS RÉSZVÉTEL

A siker kulcsa a közös részvétel elérése. Alkossatok csapatokat és segítsétek, bátorítsátok és motiváljátok egymást míg el nem jutunk a célállomásig.



### FIGYELD, AHOGY HALADTOK

Kövesd a virtuális térképen, ahogy Te és a csapatod az úton haladva eléritek az állomásokat. Rögzíts minden aktivitást, hogy közelebb kerüljete a célhoz. A toplistán is követheted a csapatok állását.





## Lépesről lépésre Párizsig

Vállalj bónusz kihívásokat és extra lépésekkel jutalmazunk. A kihívásokat az aktív és fenntartható hétköznapi szokások ösztönzésére találtuk ki. Elismerő szavak az egyik kollégádnak vagy egy reggeli séta, mind egy lépéssel közelebb visznek a célhoz.

# Így tudod a napi aktivitásodat mérni

A cél naponta 8000 lépést megtenni és minden tevékenység számít! Ezért minden napi aktivitásodat könnyen regisztrálhatod az appban vagy a netes felületen.



**Tappa app**



**Aktivitás táblázat**



**Kiegészítő eszközök**

# VÁGJ BELE!

Töltsd le a Tappa applikációt - "Tappa Pro"

1. Regisztrálj egy profilt vagy lépj be a már létező felhasználó neveddel.
2. Add meg a kódot a kezdéshez: SG24
3. Vagy regisztrálj itt:



Google Play



App Store

Kérdésed van? Lépj kapcsolatba Karafa Lacival:

[laszlo.karafa@saint-gobain.com](mailto:laszlo.karafa@saint-gobain.com) +36 20 264 9347