

Kerékpáros nap a Budapesti Fegyház és Börtönben

A rendszeres testmozgás elengedhetetlen feltétele a mindennapi életnek. Sajnos napjainkban az emberek többsége a munkába járásnak is egy kényelmesebb fajtáját választva tömegközlekedéssel, vagy személygépkocsival érkezik a munkahelyre.

Ez ma Budapesten 10 perctől 1,5 órás időtartamot is igénybe vehet, ami szintén egy inaktív időszak. Mindemellett nem elengedhetetlen annak a vizsgálata, hogy ez benzin vagy gázolaj kibocsátású személygépkocsiknál milyen CO² kibocsátást eredményez. Ezen szempontok alapján a világon több hasonló kezdeményezés van az egészséges életmódot megcélozva.

Örömteli dolog, hogy az állománynak egy jelentős része műveli, vagy tervezi azokat a lépéseket, melyek a mozgásszegény életmódon való változást eszközölnék.

Ezen igény ékes bizonyítéka a legutóbb megrendezésre került Büntetés-végrehajtási Terepfutó Bajnokság, ahol intézetünk dicséretes helytállással és nagy létszámmal az 5. helyen végzett.

Ez a dicséretes kezdet generálta az alábbi javaslatot: egy olyan nap megszervezését, ahol azonos időben minél több kolléga érkezne kerékpárral az intézetbe. Bízunk benne, hogy ez a kezdeményezés értő fülekre talál és nyitánya lehet egy rendszeres megmozdulásnak. Ha az első alkalom sikeresnek mondható, az elképzelések szerint 2 havonta, vagy akár havi rendszerességgel kerülne megrendezésre.

A kerékpáros nap forgatókönyve a következő:

- Az első kerékpáros nap **augusztus 23-án, hétfőn** kerül megrendezésre
 - A kerékpárral érkezők regisztrálása
 - A kerékpárok őrzésének megszervezése az intézeten belül
 - Fürdési, tisztálkodási és átöltözési lehetőség biztosítása a munkaidő kezdetén
 - Az egészséges életmódot és környezetbarát hozzáállást dicsérendően minden résztvevőnek egy elismerő oklevél átadása
 - Különböző versenyek megszervezése, a nyertesek díjazása a szakszervezet segítségével
- Kerékpár szépségverseny (díjazottak: legegységesebb, legöregebb)
Távolsági verseny (díjazott: a legmesszebből érkező)
- Továbbá az akció elnevezésének versenybe bocsátása is, melyet a kapun elhelyezett gyűjtőládába dobhatnának be a kollegák nevük megjelölésével **2010. 08.19. 12h-ig.**