

Millió Lépés az Iskoláért

Hunyadi János Általános Iskola

Tisztelt Szülők, Kollégák!

Iskolánk idén is csatlakozik a **Millió Lépés az Iskoláért** országos egészségprogramhoz, amelyet a **Magyar Szervátültetettek Szövetsége** szervez. A program célja, hogy a gyerekek, szülők és pedagógusok **minden nap több mozgással** tegyenek az egészségükért – és közben **értékes sporteszközöket** nyerhessen az iskola.

Röviden a programról

- A részvétel **ingyenes** a *MillióLépés* applikáción keresztül.
 - A felhasználók a saját napi mozgásukat gyűjtik **lépésekben** (a telefon/okoseszköz mérésével, vagy manuális rögzítéssel).
 - Az iskolák között országos kihívás zajlik; a legtöbbet lépő intézmények és a sorsolás nyertesei **sporteszköz-támogatást** kapnak.
-

2025-ös fő tudnivalók és újdonságok

- **Őszi forduló időszaka:** 2025. szeptember 22. – december 7. (11 hét).
- **Nyeremény:** országosan **100 iskola** nyerhet **1–1 millió Ft-ot** sporteszközökre (sorsolás feltétel: legalább 7 teljes "kékkör" – az Országos Kékkör 2583 km-es távjának teljesítése csapatban, többször is teljesíthető).
- **Zöld pontok:** napi jelöléssel számít, hogyan közlekedsz (gyalog/kerékpár/roller = 2 pont; tömegközlekedés = 1 pont; autó = 0 pont, de ha ~1000 lépéssel korábban szállsz ki = 1 pont). A zölden közlekedők között **napi ajándéksorsolás** fut.
- **Napi beszámítási korlát:** egy személytől **max. 20 000 lépés/nap** írható jóvá az iskolának.
- **Új lehetőség 2025-ben:** a **munkahelyek** is csatlakozhatnak és lépéseikkel **hátrányos helyzetű iskolákat** támogathatnak; a szülők munkahelyi közösségei külön ranglistán is versenyezhetnek.

Fontos: a lépések az iskolai/osztályos listában **másnap** jelennek meg. Az appot **naponta** érdemes megnyitni, hogy az adatok szinkronizálódjanak.

Hogyan csatlakozhat?

1. **Töltse le** a *MillióLépés* applikációt az **App Store** vagy **Google Play** áruházból.
Letöltési link **Google Play**:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=hu.bss.milliolepes>

QR kód (Android):



Letöltési link **App Store**:

<https://apps.apple.com/hu/app/milli%C3%B3l%C3%A9p%C3%A9s/id1578645374?l=hu>

QR kód (iPhone):



Töltse le a *Health Connect* applikációt a **Google Play** áruházból (*Android* esetén), vagy *Apple Egészség* appot, az **App Store** áruházból (*iPhone* esetén)

Letöltési link **Google Play** (Android):

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.healthdata>

QR kód (Android):



Segítség a **Health Connect** alkalmazás összekötéséhez a **MillióLépés** applikációval:

<https://support.google.com/android/answer/12201227?hl=hu>

Letöltés, **Apple Egészség**, link **App Store** (iPhone):

<https://apps.apple.com/hu/app/apple-eg%C3%A9szs%C3%A9g/id1242545199?l=hu>

QR kód:



Segítség az **Apple Egészség** applikáció összekötéséhez más alkalmazásokkal/beállítás:

<https://support.apple.com/hu-hu/104997>

***Megjegyzés:** Ha **androidos** telefonunk van, a **Health Connect** alkalmazás hídként funkcionál, egy pl. lépésszámlálásra képes alkalmazás, és a **MillióLépés** applikáció közt!*

*Össze kell kötni például a **Samsung Health** alkalmazásunkat, ami számolja a lépéseinket, a **Health Connect** alkalmazáson keresztül, a **Millió Lépés** applikációnkkal!*

Ehhez segítség, a fentebbi linkeken!

***Apple, iPhone**, esetén, elég az **Apple Egészség** app, önmagában méri a lépéseket, csak össze kell kötni, a **MillióLépés** applikációval, a fentebbi linkekben megadott segítség alapján.*

2. Indítsa el a **Millió Lépés** alkalmazást, **regisztráljon** egyéni felhasználói fiókot.

Fontos:

Célszerű a telefonhoz (Google/Apple fiókhoz) tartozó e-mail címet használni. 16 év alattiaknak szülői/gondviselői e-mail címet is meg kell adni.

1 ember = 1 fiók. A közös/családi fiókok lenullázást vonnak maguk után.

3. **Email cím** megerősítése / **Regisztráció** aktiválása:

Jön egy ellenőrző levél a megadott **Email**-re, a benne lévő linkekre kell kattintani!

Ha nem érkezett meg az aktiváló levél (a SPAM/Promóciók mappában sincs), írj az info@milliolepes.hu címre.

4. Nyomjunk a „BELÉPEK_MILLIÓ LÉPÉS AZ ISKOLÁDÉRT” feliratra!



Megjegyzés:

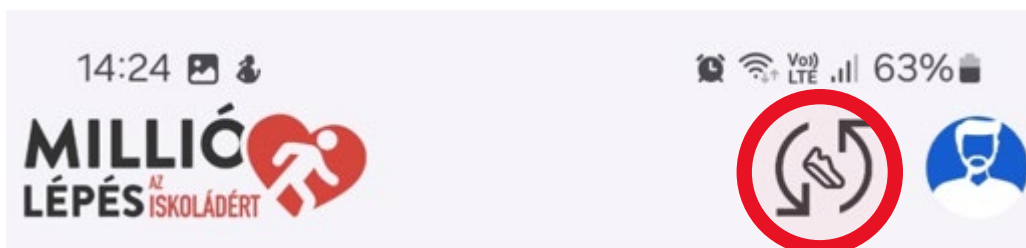
Ha nem jelenik meg felül, az alkalmazásban lépjen a „Kihívások” → „Millió lépés az iskoládért” menüpontra, ahol egy csúszka, „Főoldalon” felirattal, mellette egy szem ikon gombbal, mutatja, hogy el van-e rejtve a főoldalon a menüpont!

A keresőben írja be, válassza ki iskolánkat: „**Kecskeméti Corvin Mátyás Általános Iskola Hunyadi János Általános Iskolája**”, majd (ha kéri) az osztályt/csapatot.

**A KIHÍVÁSBAN VALÓ RÉSZVÉTELHEZ, KÉRLEK,
VÁLASSZ SZERVEZETET!**



5. **Kapcsolja össze**, ha még nem tette, a telefon lépésszámlálóját/okoseszközét, vagy rögzítse manuálisan a napi mozgásokat, segítség a weboldalon (futás, kerékpár...).
6. Ha jól összekötöttünk mindent, ellenőrizhetjük a szinkronizálást, a következő képen látható gombra nyomva:



Androidon így néz ki, ha a mindent jól csináltunk az alkalmazások összekötésével:



7. **Jelölje naponta** a közlekedési módot az app felugró ablakában a **zöld pontokért** (ez csak bónuszokért lehetőség).

Hivatalos linkek, ha további, vagy részletesebb segítségre lenne szükség *(van ami már szerepelt fentebb)*:

Az applikáció hivatalos oldalán lévő segítség innen érhető el:

<https://milliolepes.hu/gy-i-k/>

Segítség a **Health Connect** alkalmazás összekötéséhez a **MillióLépés** applikációval:

<https://support.google.com/android/answer/12201227?hl=hu>

Segítség az **Apple Egészség** applikáció összekötéséhez:

<https://support.apple.com/hu-hu/104997>

Facebook csoporthoz csatlakozás az alábbi linken:

<https://www.facebook.com/groups/milliolepes/>

Miért jó ez az iskolának és a gyerekeknek?

- **Mozgásra szoktat** – közösségi élménnyé teszi a napi aktivitást.
- **Egészségesebb életmódot** támogat, szemléletformáló ereje van.
- **Kézzelfogható haszon:** nyerhető **sporteszközök**, közösségi programok ösztönzése.

Közösségi célunk 2025-ben: minél több „kékkört” teljesíteni együtt, hogy növeljük az esélyünket az **1 millió Ft** támogatásra!

Hajrá, Hunyadisok!

Köszönjük a támogatást!

Kapcsolat és további információ: osztályfőnökök, iskolai koordinátor.

Megjegyzés: A részletes játékszabályok, technikai tudnivalók és adatvédelmi feltételek a program hivatalos oldalán és az alkalmazásban érhetők el.