



# Uppland



## Tipspromenad - Active Quiz

Den 1 - 30 april är det folkhälsomånad i södra delarna av Uppsala. Det kommer att ske flera aktiviteter i området och speciellt runt Gottsunda Centrum.

En aktivitet som pågår hela månaden är Active Quiz. Det är en tipspromenad som du gör via din mobiltelefon. Rundan du ska gå är en kilometer (km) och du kan gå var du vill, till exempel i bostadsområdet eller i skogen. Du kan välja mellan frågor anpassade för barn eller frågor för vuxna. Du kan gå vid flera tillfällen och testa gärna alla promenader för barn och för vuxen. Promenaderna heter Folkhälsa-vuxen och Folkhälsa-barn. Tipspromenaden finns även på engelska. Vi har även tipspromenader gjorda av två föreningar; Uppsala Akademiska Roddarsällskap och Uppsala Bugg och Swing Society. De heter Folkhälsa- UARS och Folkhälsa UBSS Bugga är livet

När du gjort tipspromenaden kan du skriva in din mejladress. Då är du med i utlottningen av träningsband. Dessa kan du använda till exempel hemma, vid online-träning eller när du går till ett utegym. Om du gör UARS frågor kan du vinna en privatlektion i rodd och om du gör UBSS kan du vinna en buggkurs.

1. Hämta appen
2. Ange RFSISU U som Quiz-ID
3. Skapa ett gästnamn och logga in
4. Välj quiz för barn eller vuxna
5. Starta quizen

1. Hämta appen  
Gratis i din appbutik

2. Quiz-ID  
Ange ett quiz-ID

3. Logga in  
Ange gästnamn

4. Välj quiz

5. Starta quiz  
när du är utomhus