

A 4. osztályos Johanna gondolataiba feledkezve sietett hazafelé az iskolából. A rendszeres testmozgás fontosságáról és az egészséges életmódról beszélgettek az utolsó órán; nagyon érdekesnek találta az ott elhangzottakat. Vajon ő és a szülei mindent megtesznek az egészségükért? Annyira foglalkoztatta ez a téma, hogy észre sem vette: a társasházban elromlott a lift. Amikor tudatosult benne, kettésével kezdte venni a lépcsőket az ötödik emelet irányába. Olyan lendülettel rohant felfelé, hogy majdnem elütötte az egyik fordulóban lihegő János bácsit. A kislány szomszédja nehezen tudta leküzdeni a magasságot, minden szinten meg kellett állnia, hogy kifújja magát.

A kislánynak ekkor valami szöveget ütött a fejébe. Mivel tudomása szerint nem volt semmilyen komolyabb betegsége az alig 60 éves János bácsinak, Johanna arra gondolt, hogy az erőnlétével lehet gond. A héten három másik lakóval is hasonló tapasztalatai voltak, ezért kitalálta, hogy kezelésbe veszi az állóképességüket. Így pattant ki fejéből egy közösségi futókör ötlete: egy olyan kezdeményezés, amely lehetőséget teremt fiataloknak és idősebbeknek egyaránt, hogy kötetlen formában mozogjanak együtt.

Az elképzelést tett követte: felhívást készített, amelyet elhelyezett a ház több pontján. Alig várta, hogy eljőjön az első alkalom, még frissítőkkal is készült leendő futótársai számára. Őszinte meglepetésére két lakótárs is megjelent a meghirdetett időpontban. Nagy örömmel indította el az első futóköri edzést. A kis csapat nagyon jól érezte magát aznap. Egy hónap múlva már hét mozogni vágyó szomszéd kocogott Johanna nyomában. A lány öröme akkor vált teljessé, amikor a sokadik alkalommal János bácsi is megjelent tréningfelszerelésében.

A lakótelepi futókör hamarosan olyan népszerű lett, hogy második turnust is indítani kellett. Johanna nagyon büszke volt kezdeményezésére, a közös mozgás során nemcsak az egészséges életmódot és a sportot tudták népszerűsíteni, hanem számos új barátság is szövődött. Ám Johanna mégis annak örült a legjobban, hogy néhány hónap múlva, amikor üzemzavar miatt ismét nem működött a felvonó, a felfelé bandukoló kislányt nevetve hagyta le a csomagokkal hazatérő János bácsi.



*Mi adta az ötletet Johannának a közösségi futókör elindításához?*

*Vajon miért nem kezdett el Johanna egyedül futni?*

*Változott valamit János bácsi élete a futókör indulása óta?*

*Hogy befolyásolta a közös futás a lakótelep társas kapcsolatait?*