**Værtskab: Velkomsttale**

**Hej og velkommen til.**

Jeg hedder [**DIT NAVN**], og jeg er frivillig her i Hjerteforeningen. Jeg vil gerne starte med at sige tusind tak, fordi I er kommet i dag – og en særlig tak til [**borgmesterens/spidskandidatens navn**], fordi [**du/I**] har lyst til at tage med os ud og gå en tur.

Vi har inviteret jer ud i dag, fordi vi gerne vil tale om, hvordan vi kan skabe bedre rammer for bevægelse her i kommunen. Vi ved fra forskningen – og fra hverdagen – at det gør en kæmpe forskel for folkesundheden, når flere får mulighed for at bevæge sig i deres hverdag.

Det er vigtigt for os i Hjerteforeningen, fordi bevægelse forebygger en lang række sygdomme, ikke mindst hjerte-kar-sygdomme. I Hjerteforeningen arbejder vi for, at det skal være nemmere for alle – uanset alder eller baggrund – at få bevægelse ind som en naturlig del af livet.

Derfor er vi glade for, at [**du/I**] som politiker har lyst til at lytte og gå med, så vi kan tale sammen på en anden måde end man måske plejer – uden mikrofoner og talerstole, men i øjenhøjde og med mulighed for at dele erfaringer og idéer undervejs.

Selve ruten i dag er omkring 45 minutter lang. Vi går i et roligt tempo, og alle skulle gerne kunne være med. Vi starter og slutter her. Under gåturen tager vi et ophold, hvor vi tager en snak om sundhed og bevægelse, og hvor vores politikere får mulighed for at dele deres tanker om emnet. Vi er tilbage hertil om ca. 1 time.  
  
[Hvis I giver forplejning, så orienter om dette]

Så endnu en gang: Tak fordi du/I er kommet – og lad os gå en tur sammen.