

Brno 18. září 2018

S Brněnskými dny pro zdraví přes Atlantický oceán

Kancelář projektu Brno – Zdravé město Odboru zdraví pořádá v období od 21. do 30. září 2018 celoměstskou kampaň Brněnské dny pro zdraví. V pořadí 24. ročník tohoto festivalu na podporu zdravého životního stylu nabídne celkem 100 akcí připravených ve spolupráci s téměř 70 organizacemi – program zahrnující pohyb, správnou výživu, duševní zdraví, aktivní stárnutí, akce pro jednotlivce i rodiny s dětmi napříč celým Brnem začíná!

„Prostřednictvím Brněnských dnů pro zdraví chceme veřejnosti ukázat možnosti, jak se dá v prostředí města žít zdravěji. Představíme místní, mnohdy málo známé organizace, díky nimž si zájemci budou moci vyzkoušet řadu aktivit k podpoře tělesného i duševního zdraví,“ uvedl 1. náměstek primátora města Brna Petr Hladík.

U příležitosti zahájení letošního ročníku kampaně bude **od 21. do 23. září** probíhat akce **„Plaveme z Evropy do Ameriky“**, jejímž záměrem je motivovat veřejnost více ke sportu a plavání. Do pomyslné štafety se může zapojit každý, a pomoci tak společnými silami přeplavat Atlantický oceán. Akce se bude konat ve vybraných městských bazénech, za každý uplavaný kilometr bude odevzdán příspěvek na prevenci dětských úrazů.

„Na plavání se v tomto roce soustředíme i mimo tuto akci. Podařilo se nám opravit Riviéru, která se stala nejnavštěvovanějším koupalištěm v Brně. Na podzim se také chystáme zrekonstruovat dva školní bazény. Naším záměrem je naučit zejména děti, aby pohyb vnímaly jako důležitou, přirozenou součást života“, dodal Petr Hladík.

Pro zájemce o vytrvalostní běhání je připraven již tradiční závod **„5, 10 mil Brnem“**, který se uskuteční v sobotu **22. září** a přinese jedinečnou příležitost v podobě zážitku z nočního běhu centrem města se stovkami dalších nadšenců. Na dalších akcích bude k vyzkoušení rovněž jóga, taichi, pétanque, tenis či stále oblíbenější nordic walking.

Pestrá škála sportovních aktivit je přichystána speciálně pro děti – na tvorbě programové nabídky se letos podílejí i úspěšné brněnské sportovní kluby. K vyzkoušení bude baseball, basketbal, fotbal, florbal, synchronizované plavání apod.

Pozornost bude věnována taktéž **zdravotnímu poradenství**. V neděli **23. září** se bude ve Fakultní nemocnici Brno na Jihlavské ulici konat **„KardioDen“**. Brňané si nejen prohlédnou Interní kardiologickou kliniku včetně přístrojového vybavení s odborným výkladem, ale zejména mohou absolvovat různá vyšetření, jako je měření EKG, krevního tlaku, cholesterolu a cukru v krvi.

Na zdravotní poradenství bude zaměřena i akce **„Zaostřeno na zdraví“**, která se uskuteční ve středu **26. září** v Knihovně Jiřího Mahena na Kobližné ulici. Kromě řady obvyklých zdravotních vyšetření návštěvníkům nabídne i oční screening či diagnostiku chodidla. Program bude doplněn o přednášky z oblasti výživy dětí, světa mikroorganismů v našem těle či pohybových dovedností člověka.

Součástí kampaně jsou i aktivity z oblasti duševního zdraví, akce pro osoby ve vyšším věku, ale i jedince se zdravotním postižením. K vyzkoušení bude např. volejbal vsedě, pro seniory jsou připraveny lekce společenských tanců, testování a trénování paměti nebo zdravotní cvičení spojené s měřením tělesných hodnot.

Kompletní [program](#) Brněnských dnů pro zdraví je k dispozici na webu www.zdravemesto.brno.cz.

Mgr. Ivana Draholová
vedoucí Kanceláře Brno – Zdravé město Odboru zdraví
Magistrát města Brna
tel.: 542 173 075
e-mail: zdrave-mesto@brno.cz
www.zdravemesto.brno.cz

Tiskové středisko MMB
e-mail: tis@brno.cz
tel.: 542 172 026
www.brno.cz