



Ohlédnutí za Dny zdraví

Dny zdraví v Újezdě proběhly tradičně v první polovině září. Odstartoval je 3. ročník turistického pochodu „Za loupežníkem Drholcem“, který se konal v neděli 8. 9. 2019. Turisté vyrazili na tři různé dlouhé trasy. V cíli se mohli těšit na ochutnávku zeleninových a ovocných salátů.

Letošní ročník vyvrcholil sobotním odpoledním programem plný sportu, zdraví a hlavně zábavy. Celým programem prováдел zkušený, nám již známý moderátor Tomáš Horák. Hlavní odpolední program byl věnován podpoře Klubu cystické fibrózy – jedná se o nemocnění, které postihuje zejména dýchací a trávicí ústrojí. Návštěvníci měli možnost podpořit klub například nákupem triček nebo náramků nebo samotným příspěvkem do sběrné kasičky.

Program zahájila paní radní pro oblast školství a místní Agendu 21 Lucie Ponicová. Poté následovala ukázka výcviku záchranářských psů, kterou předvedli újezdští kynologové. V pozdních odpoledních hodinách mohli diváci vidět ukázkou psích sportů od spolku Psiško – OB. Návštěvníci se mohli zúčastnit cyklistického happeningu, kde mohli vidět, ale i zkusit kola pro handicapované. O hudební kulisu během odpoledne se postaral Tomáš Svoboda a o večerní hudební zážitek zase kapela Ambrožband. Pohyb zajišťovaly slečny ze studia Samadhi, které předvedly ukázkou lekce jógy pro tělo i mysl. V našich dnech zdraví nesměla chybět tradiční ukázkou zeleniny od našich zahrádkářů. Návštěvníci, tak mohli ochutnat různé odrůdy rajčat, které měly i v letošním roce velký úspěch.

Neochutnávaly se však jen plody zahrádky, ale i voda, o což se postaraly Pražské vodovody a kanalizace. V lékařském programu nemohla chybět záchranná služba, která demonstrovala ukázky resuscitace dospělého, dítěte i obvazové techniky při úrazech nebo poradenskou činnost první pomoci. Dále si návštěvníci mohli změřit hustotu kostí, vnitřní tuk nebo se poradit, jak



