



MĚSTO VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Námí stí 7 · 757 01 Valašské Meziříčí
Tel.: +420 571 611 181 · Fax: +420 571 611 043
· www.valasskemezirici.cz

TISKOVÁ ZPRÁVA

Valašské Meziříčí 19. listopadu 2018

Týden zdraví se zaměří na prevenci a zdravý životní styl

Valašské Meziříčí – Letošní Týden zdraví se ve Valašském Meziříčí uskuteční od 26. do 30. listopadu. Akce zaměřená na podporu zdravého životního stylu nabídne různá cvičení, ale i měření ukazatelů zdraví či přednášky.

„Jak je již tradicí, také letos se ve Valašském Meziříčí uskuteční Týden zdraví. Lidé se budou moci zapojit do některého z programů, které mají za cíl připomenout, že dbát o své zdraví je důležité. Těšit se mohou například na bezplatné měření ukazatelů zdraví či různé pohybové aktivity. Pro děti a mládež jsou připraveny vzdělávací a osvětové akce. I letos bychom rádi podpořili naše občany v péči o jejich zdraví a připomněli jim, jak důležitá je zejména prevence,“ uvedla místostarostka města Yvona Wojaczková (ANO) s tím, že Týden zdraví navštíví každoročně přes tisíc lidí.

Akce začne v pondělí 26. listopadu v 8.30 hodin ve Středisku volného času Domeček. *„Společně s Národní sítí podpory zdraví jsme pro studenty prvního ročníku středních škol připravili interaktivní vzdělávací program s názvem Hra proti AIDS. V ten samý den ve 13 hodin odstartuje pětidenní plavání pro veřejnost „Plaveme 1+1“, kdy ke každé zakoupené jednorázové vstupence na krytý bazén dostanou zájemci jeden vstup volný,“* informovala koordinátorka Zdravého města Valašské Meziříčí, místní Agenda 21 Alena Strítezská. Odpoledne od 17 hodin bude pro děti od 5 do 7 let připraveno cvičení. Volně přístupná akce se bude konat v místní sokolovně.

Akce zaměřená na hry a soutěže s tematikou péče o zdraví a prevence pro děti 2. a 3. tříd základních škol je plánována na úterý 27. listopadu. Dětský den zdraví začne v 8.30. Od 17 hodin bude přichystáno v sokolovně zdravotní cvičení seniorů s TJ Sokol „Cvičit se dá v každém věku“.

Ve středu 28. listopadu od 6 do 21 hodin bude na krytém bazénu připravena jednodenní sportovní akce pro plavce „Valašskomeziříčský La Manche“ (34 km!). *„Zúčastnit se může každý návštěvník krytého bazénu bez nutnosti registrace předem. Sčítají se přeplavané délky plaveckého bazénu všech účastníků,“* popsala Alena Strítezská. Ten samý den, v 19 hodin, začne v místní sokolovně Power Yoga. Na akci je nutné se předem přihlásit na telefonním čísle 737 276 305.

Na čtvrtek 29. listopadu od 13 do 18 hodin a pátek 30. listopadu od 9 do 13 hodin je v zámku Žerotínů naplánována akce Měření ukazatelů zdraví pro veřejnost. „*Lidé si budou moci nechat bezplatně změřit krevní tlak, hladinu cholesterolu a cukru v krvi, procento tělesného tuku, nitrooční tlak nebo získat užitečné rady ohledně toho, jak dbát o svůj zdravotní stav,*“ informovala koordinátorka Zdravého města. Nebude chybět ani měření plicních funkcí (pouze ve čtvrtek) a kontrola mateřských znamének. Zájemcům budou k dispozici zdravotníci z Národní sítě podpory zdraví, Nemocnice Valašské Meziříčí, zlínské oční kliniky Gemini a dermatoložka Jitka Macháčová. Ve čtvrtek od 16 hodin je v sokolovně připraveno Cvičení pro rodiče a děti. Akce je zdarma.

„*Tímto bych chtěla srdečně pozvat všechny naše občany na letošní Týden zdraví. Těšíme se na Vás,*“ řekla na závěr Yvona Wojaczková (ANO).

Týden zdraví pořádá Zdravé město Valašské Meziříčí a místní Agenda 21 s partnery. Finančně akce podpořilo město Valašské Meziříčí a firma JACOBS DOUWE EGBERTS OPS CZ s.r.o.

Zpracovala:

Ing. Renata Votrubová

tisková mluvčí

T +420 571 674 306

M +420 725 128 428

E votrubova@muvalmez.cz