



„Pohybom za zdravé srdce“

Svetový deň srdca sme si v Jelšave pripomenuli 27. septembra 2016 aktivitou „Pohybom za zdravé srdce“. Pracovníci komunitného centra pripravili pre všetkých, ktorí chceli urobiť niečo pre svoje zdravie, nenáročnú trasu v miestnom parku. Účastníci aktivity - deti z materskej školy, základnej školy, špeciálnej základnej školy, seniori z klubu dôchodcov a ďalší obyvatelia mesta absolvovali behom, alebo chôdzou vytýčenú trasu. V cieľi ich čakalo občerstvenie a spomienkový darček v podobe pomyselných medailí „Zdravé srdce“. Zároveň mali možnosť dať si odmerať tlak a tep srdca. Víťazmi boli všetci, ktorí sa zúčastnili a rozhodli sa v tento slnečný, jesenný deň športovať. Pekné počasie, dobrá nálada a ochota urobiť niečo pre svoje zdravie predurčilo túto aktivitu k úspechu. Veríme, že aktivita inšpirovala účastníkov k pravidelnému pohybu a o rok sa stretne spoločne ešte vo väčšom počte.

Zuzana Majorosová



