

Pochodem proti Alzheimerově chorobě

Jihlava 22. 9. 2016

Světový den Alzheimerovy choroby připadá na 21. září. V Jihlavě jsme si tento významný den připomněli 22. 9. 2016. Jihlavské pracoviště Státního zdravotního ústavu uspořádalo akci, jejímž cílem bylo seznámit širokou veřejnost s možnostmi prevence tohoto zákeřného onemocnění.

Nemoc se zdaleka netýká jen osob ve vyšším věku, ale může vypuknout i u mladších ročníků. V boji proti téhle nemoci je velmi účinná prevence, která by měla začít v době, kdy je člověk ještě zdravý. Mezi velmi účinnou prevencí v boji proti Alzheimerově chorobě je nejen činnost a duševní aktivita, ale také dostatek fyzické aktivity.

Jihlavské pracoviště zorganizovalo interaktivní pochod. Od 15:00 - 17:00 se zájemci o akci mohli registrovat na stanovišti u letního kina. Oficiální začátek akce byl od 15:00, kdy zazněla úvodní slova paní MUDr. Ireny Zimenové, která připomněla účastníkům, proč je tato akce organizována a jak je důležitá prevence v boji proti Alzheimerově chorobě. Po úvodním slovu jsme se společně rozcvičili a protáhli svá těla. Po cvičení pak mohli účastníci vyrazit na stezku dlouhou cca 3 km, kde byly připraveny obrázky, které měli za úkol si zapamatovat. V cíli se pak hodnotilo, kolik obrázků si zapamatovali. Cílem pochodu byl zábavní park Robinson. Před vstupem do zábavního parku byly připraveny aktivity na trénink paměti a kvízové otázky nejen pro dospělé, ale i pro děti s pohádkovou tematikou. Po splnění úkolů dostali účastníci drobnou odměnu v podobě svítících náramků. Jako největší odměnou, obzvláště pro děti, byl volný vstup do zábavního parku Robinson, ale na své si přišli i někteří dospělí.

Celkem se zúčastnilo 83 dospělých a 24 dětí. Tento den bylo nejen krásné počasí, ale i ti co přišli, si sebou vzali dobrou náladu, takže celá akce byla moc příjemná.

Informace o akci byla uveřejněna v Novinách jihlavské radnice, v Jihlavských listech, informace také zazněly v Rádiu region a Rádiu Vysočina. Aktivně jsme informace rozeslali do všech mateřských škol v okrese Jihlava a uveřejnili i na Facebook.





