

Že se dá žít hravě zdravě, se dozvěděli v Jablonci nad Nisou

14.7.2025 - Jan Mikulička | Krajský úřad Libereckého kraje

V pořadí již pátý den zdraví s názvem Hravě jak žít zdravě, který od roku 2022 putuje po Libereckém kraji, se uskutečnil 17. června v Jablonci nad Nisou.

Den zdraví pořádalo Město Jablonec nad Nisou ve spolupráci s odborem zdravotnictví Krajského úřadu Libereckého kraje.

„Základní myšlenkou akce je podpora prevence vážných onemocnění a zdravého životního stylu. Její návštěvníci si mohou interaktivní formou ověřit, vyzkoušet nebo zjistit, jak mohou ve vybraných oblastech snadno pečovat o své zdraví, co jim prospívá nebo kam a na koho se mohou obrátit s konkrétním problémem,“ uvedl Vladimír Richter, radní pro resort zdravotnictví.

Na přípravě akce se podílely odbor zdravotnictví s odborem sociálních věcí a zdravotnictví Magistrátu města Jablonec nad Nisou. Návštěvníci akce, která se uskutečnila v Eurocentru, v Jiráskově ulici, si mohli například prakticky vyzkoušet poskytnutí první pomoci a správnou techniku čištění zubů, či absolvovat instruktáž správné hygieny rukou, cvičení pro zdravá záda a chůzi s turistickými holemi.

Dále bylo možné nechat si změřit sílu stisku ruky či množství tuku a svalstva v těle. Akce nabízela interaktivní výstavu o zdravém životním stylu a prevenci onkologických onemocnění. Součástí programu bylo také divadlo a kreativní koutek pro děti.

Hlavním cílem je ve spolupráci s obcemi předat obyvatelům Libereckého kraje informace z různých oblastí péče o vlastní zdraví, a to především nevšední, zajímavou a hravou formou.

<https://www.kraj-lbc.cz/aktuality/ze-se-da-zit-hrave-zdrave-se-dozvedeli-v-jablonci-nad-nisou-n581665.htm>