

Den zdraví

15.6.2023 - | Městská část Praha 13

Před budovou radnice městské části Praha 13 se konal už osmý ročník akce s názvem Den zdraví, kterou pravidelně organizuje městská část s místní Agendou 21.

Letošní ročník byl rekordní, protože v sobě zahrnoval i první ročník veletrhu chráněných dílen. Celkem se v rámci Dne zdraví představilo okolo 50 vystavovatelů. Pro návštěvníky byl připraven bohatý program. Kromě toho, že si zde mohli otestovat svůj zdravotní stav, tak si mohli i zasportovat, ochutnat různá jídla a myslelo se i na děti, pro které byl například připraven skákací hrad nebo malování na obličej.

Den zdraví představuje v rámci městské části Praha 13 programovou stálici. Letos před budovou radnice proběhl už osmý ročník této akce, která je u místních čím dál tím populárnější. Lidé si na vybraných stáncích mohli například změřit svou tělesnou hmotnost, dozvědět se, jak pečovat o svůj zrak i chrup a mnoho dalšího. Návštěvníci měli k dispozici informace, jak se například odnaučit kouřit. Státní zdravotní ústav prezentoval, jakým způsobem se stravovat, jak snížit cukr v krvi a také důležité informace o pitném režimu. Vedle toho byl pro návštěvníky akce připravený i bohatý doprovodný program, který byl většinou nějakým způsobem spojený se zdravím a zdravým životním stylem.

Na Den zdraví se také přišly podívat desítky dětí z okolních školek a škol. Děti obcházely jednotlivé stánky a pokud splnily úkoly u minimálně osmi stanovišť, dostaly malý dárek. Návštěvníci Dne zdraví si také mohli vyzkoušet virtuální realitu a seznámit se s moderními technologiemi, nahlédnout do výcviku asistenčního pejska a ochutnat řadu zdravých produktů na podporu imunity nebo nastartování metabolismu. A hlavně se zábavnou a hravou formou mohli dozvědět, jak jsou na tom po zdravotní stránce.

<https://www.praha13.cz/Den-zdravi-4.html>