

Péče o tělo i hlavu. Allianz, Olympijský víceboj a Nevypust' duši spojují síly na podporu duševního zdraví

10.9.2026 - | Česká olympijská

Pohyb hraje v psychické pohodě zásadní roli, ale sám o sobě nestačí. Co dělat, když toho je najednou moc, nebo proč je úplně v pořádku říct si o pomoc? Právě na tyto otázky odpoví nové partnerství Allianz pojišťovny, neziskové organizace Nevypust' duši a projektu Olympijský víceboj.

„Péče o duševní zdraví by měla být stejně samozřejmá jako rozcvička před tréninkem. Společně s Nevypust' duši a Olympijským vícebojem chceme ukázat, že psychická pohoda není luxus, ale základ, na kterém stojí sportovní výkon i běžný den,“ říká Jakub Novotný, člen představenstva a COO Allianz pojišťovny.

Každý měsíc jedno téma

Největší školní sportovní projekt Olympijský víceboj už více než deset let pomáhá každoročně rozhýbat desítky tisíc školáků a zlepšovat jejich pohybovou zdatnost. Společná kampaň, která odstartuje 11. září 2026, teď propojí sportovní část s cílem ukázat, že péče o tělo a duši jdou ruku v ruce.

„Ve zdravém těle zdravý duch. Tohle heslo známe všichni. Pohyb a sport zlepšují náladu a snižují stres, i proto se dlouhodobě snažíme rozhýbat děti ve školách,“ říká Radek Zavřel, šéf projektu Olympijský víceboj. „Zároveň ale víme, že na děti dnes působí obrovské množství různých tlaků. Proto jsme rádi, že můžeme díky spolupráci Allianz pojišťovny a Nevypust' duši obohatit projekt o odborné, ale přitom velmi dobře srozumitelné tipy, jak podpořit i psychiku.“

Každý měsíc se zaměří na konkrétní téma z oblasti duševního zdraví – od zvládání stresu přes budování zdravých vztahů až po prevenci vyhoření – a nabídne praktické tipy, inspiraci a odborné informace, které děti, rodiče, učitelé i trenéři mohou využít v každodenním životě.

„U fyzického zdraví si často uvědomujeme, že prevence a pravidelný pohyb jsou důležité dávno předtím, než se objeví problém. Páli bychom si, aby stejně samozřejmé bylo přemýšlet o zdraví duševním. Společně s Olympijským vícebojem a Allianz proto chceme téma přiblížit trenérům, vyučujícím, rodičům a dalším dospělým, kteří jsou dětem nablízku – a skrze ně i samotným dětem. Protože právě v každodenních vztazích a prostředí kolem nás může začínat ta nejdůležitější prevence,“ říká Bára Pšenicová, ředitelka Nevypust' duši.

Kampaň cílí především na žáky zapojené do Olympijského víceboje i širší komunitu mladých sportovců. Zároveň oslovuje jejich okolí: trenéry, učitele, rodiče a všechny, kteří mohou dospívající v péči o duševní zdraví podpořit. Každé téma bude zpracováno formou osvětových i praktických příspěvků – od jednoduchých cvičení, přes tipy od sportovců až po video obsah na sociálních sítích nebo podrobné články.

Allianz pojišťovna je partnerem olympijského a paralympijského hnutí a dlouhodobě podporuje iniciativy v oblasti sportu i duševního zdraví.

Nevypust duši je nezisková organizace, která přináší prevenci v péči o psychiku, šíří praktické a ověřené informace a usiluje o to, aby se konverzace o duševním zdraví stala součástí běžného života moderní společnosti, ve které se nikdo nestydí říci si o pomoc.

Olympijský víceboj je největší sportovní projekt pro školy v České republice. Český olympijský výbor jeho prostřednictvím motivuje od roku 2014 každoročně desetitisíce dětí k pohybu a zdravému životnímu stylu.

<https://www.olympijskytym.cz/article/pece-o-telo-i-hlavu-allianz-olympijsky-viceboj-a-nevypust-dusi-s-pojuji-sily-na-podporu-dusevniho-zdravi>