

# Ideme ďalej. Tretia bratislavská vychádzka iniciatívy ZDRAVÁ SAV

21.7.2026 - Denisa Fedáková | SAV

**Vo štvrtok 16. júla 2026 sa opäť stretli účastníci a účastníčky pravidelných vychádzok z pracovísk SAV a spoločne absolvovali trasu, ktorej cieľom bol tentoraz bratislavský Biely kríž.**

Náročnosť trasy zohľadňovala vysoké júlové teploty – viedla tieňom lesa a na Bielom kríži bola dlhšia prestávka na občerstvenie a oddych. Milým bonusom pre všetkých účastníkov a účastníčky boli baličky s čerstvo nazbieranými slivkami od Martiny, ktorá sa na vychádzke zúčastnila už po tretí raz.

Organizátorov vychádzky, Martina Noska a Denisu Fedákovú, členov Predsedníctva SAV, potešilo, že komunita účastníkov a účastníčok vychádzok sa stále rozrastá a že sa k nej pridal aj predseda SAV Martin Venhart. Potvrdilo sa, že všetci prítomní vnímajú prínos vychádzok najmä v samotnej chôdzi, odpútaní sa od zdrojov stresu a narušení každodennej jednotvárnosti. Trojhodinový pobyt v prírode v spoločnosti príjemných ľudí prináša pozitívne zážitky, motivuje k opakovanej účasti na vychádzkach a k plánovaniu ďalších aktivít.

Text: Denisa Fedáková, podpredsedníčka SAV

[https://www.sav.sk?doc=services-news&lang=sk&news\\_no=13816&source\\_no=20](https://www.sav.sk?doc=services-news&lang=sk&news_no=13816&source_no=20)