

Dejte si předsevzetí a vykročte ke zdraví s Ligou proti rakovině!

Předsevzetí = první krok ke zdraví!

Takové jsou hlavní myšlenky již třetího ročníku akce, kterou na podzim uspořádá Liga proti rakovině. Ta už pětatřicet let pracuje na tom, aby se v Česku snížila úmrtnost na nádorová onemocnění.

Kampaň má název Vykročte s Ligou ke zdraví! – s podtitulem Život tě baví? Chraň si své zdraví! Jde o motivační akci, která má veřejnost přimět k vyslovení a splnění předsevzetí, která mají za cíl zlepšit zdraví, a to nejrůznějšími úpravami životního stylu.

Chcete zhubnout? Přestat kouřit? Začít zdravě jíst? Nebo se více hýbat? Zformulujte svá předsevzetí a od 9. 9. do 10. 10. je zaregistrujte na webu Ligy proti rakovině www.LPR.cz/soutez. Automaticky se tak dostanete do slosování o zajímavé ceny. Soutěží se o víkendový wellness pobyt pro dvě osoby, rodinné vstupenky do Aquapalace, sportovní batohy a lahve, turistické lékárničky, předplatné časopisu Naše krásná zahrada, poukázky na ovocné speciality a další ceny!

Součástí kampaně Vykročte s Ligou ke zdraví! bude i celodenní akce plná pohybu v Parku Přátelství v Praze 9 na Proseku, která se uskuteční ve středu 24. 9. Na místě budou spolupracující organizace prezentovat nejrůznější pohybové aktivity, které vedou ke zlepšení kondice – např. nordic walking, tanec, step, zdolávání lezecké stěny, chůze na slack-line atd. K dispozici bude i veslařský trenažér, běžecký pás či stezka 1000 kroků ke zdraví. Vše si budou moci děti i dospělí vyzkoušet pod vedením zkušených instruktorů. Po celý den bude na pódiu probíhat doprovodný program s hudebními i tanečními vystoupeními. Dále zde bude možnost změření základních parametrů zdravotního stavu a dermatologická poradna, kde si zájemci mohou nechat zkontrolovat znaménka.

V dalších osmi českých městech pak v průběhu září a října kampaň Vykročte s Ligou ke zdraví! proběhne rozdáváním informačních letáků a jablíček, coby symbolu zdravé stravy.

V Parku Přátelství bude zároveň k vidění putovní výstava o nádorové prevenci. Každý svého zdraví strůjcem, se kterou Liga proti rakovině již řadu let navštěvuje česká a moravská města. Kromě vlastní výstavy a hrátek o zdraví a pro zdraví pro malé i velké je zde vždy k dispozici i nepřeberné množství informativních brožur a publikací. Na podzim se výstava vydá 9. 9. do Rokycan, 13. 9. do Třeboně, následovat bude 16. 9. Jihlava, o den později Dačice, 19. 9. a 20. 9. bude výstava v Teplicích a 24. 9. na zmiňovaném Proseku. Letošní výstavní turné uzavřou 4. 10. Brno, 15. 10. Bolatice a 16. 10. Dobříš.

Nezisková organizace Liga proti rakovině byla založena v roce 1990 s cílem snížit úmrtnost na nádorová onemocnění v České republice. Organizace má vytyčeny tři základní cíle, a to soustavné informování veřejnosti o nádorové prevenci, snahu o

zlepšení kvality života onkologicky nemocných a podporu onkologického výzkumu, kvalitní výuky a investiční modernizace či kompletizace onkologických pracovišť.

Členy Ligy proti rakovině jsou jednak onkologičtí pacienti a jejich rodiny, jednak zdravotníci a lidé, jimž není lhostejný boj nemocných. Ale zejména je to téměř šedesátka kolektivních členů z řad onkologických patientských organizací.

Liga proti rakovině provozuje poradenskou a konzultační službu prostřednictvím telefonního čísla 224 920 935, kde na otázky týkající se nádorových onemocnění odpovídají odborníci. Konzultovat je možné například témata, jak rakovině předcházet, porozumět nově sděleným diagnózám, jaká je následná péče a ukončení léčby, mluvit je možné i o konkrétních případech onemocnění, ale i paliativní péči či léčbě bolesti. Liga však stojí i za celorepublikově známou a uznávanou veřejnou sbírkou Český den proti rakovině. Během letošního 29. ročníku sbírky se podařilo ke konci léta shromáždit rekordní částku, která překročila 27,5 milionu Kč.

Kontakt: e-mail: lpr@lpr.cz, tel.: 224 919 732

Kampaň Vykročte s Ligou ke zdraví! podpořili:



Partneři

Fruitissimo.



Zahrada



deník.cz

Mediální partneři



Organizátor



JOHNNY SERVIS®

