Hravě jak žít zdravě zjistí návštěvníci ve čtvrtek 27. října v OC Forum



14. 10. 2022 15:02

Ochutnat zdravá jídla a zákusky, zjistit, zda si správně čistí zuby, změřit si sílu stisku ruky nebo množství svalstva, seznámit se s významem psychického zdraví. To a mnoho dalšího mají možnost zažít návštěvníci akce Hravě jak žít zdravě, která se uskuteční 27. října v přízemí libereckého obchodního centra Forum.

„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.

Od 10:00 do 17:00 hodin mohou návštěvníci ochutnat zdravá jídla a zákusky, získat tipy na recepci a informace z oblasti zdravého stravování. Zjistí také, zda si umí správně čistit zuby. Po teoretickém proškolení mohou získat zubní kartáček, vzorek zubní pasty nebo vzorek péče o zubní náhradu zdarma. Dále proběhne nabídka měření vybraných ukazatelů zdravotního stavu a seznámení účastníků s významem duševního zdraví. Návštěvníci akce se dozvědí také důležité informace o prevenci rakoviny.

Akce se bude konat pod záštitou Mgr. Vladimíra Richtera, člena rady kraje pověřeného řízením resortu zdravotnictví a Mgr. Jiřího Ulvra, člena rady kraje pověřeného řízením resortu hospodářského a regionálního rozvoje, evropských projektů, územního plánování a rozvoje venkova a zároveň politika odpovědného za projekt Zdravý Liberecký kraj.