# Hravě jak žít zdravě zjistí návštěvníci tentokrát v Turnově




15. 05. 2023 13:45

**Hravě jak žít zdravě zjistí návštěvníci tentokrát v Turnově**

**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 19. května od 16 hodin v Polyfunkčním komunitním centru a jeho okolí ve Skálově ulici.**

*„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.

Na jednotlivých stanovištích si návštěvníci mohou nechat změřit ukazatele zdravotního stavu jako je například krevní tlak, hladina cukru v krvi, množství tuku a svalstva nebo i sílu stisku ruky. Zdravotní fakta nabídne Liga proti rakovině, která v rámci akce pořádá interaktivní výstavu doplněnou kvízy. Místní skupina Českého červeného kříže Turnov zase naučí, jak

poskytnout první pomoc.

Chybět nebude ani hudební doprovod skupiny Duo Big Band nebo zdravé občerstvení.