



igrom do zdravlja

PRIOPĆENJE ZA MEDIJE

Trčimo zajedno, jer pretilost nije šala!

Više od 500 sudionika sudjelovalo je na događanju „PETICA za trčanje“ koje se održalo na istočnoj strani parka Bundek, 1. travnja.

(Zagreb, 1. travnja 2017.) -Javnozdravstveni program **PETICA-igrom do zdravlja Hrvatskog liječničkog zbora i Trčaona – škola trčanja** organizirali su sportsko događanje „PETICA za trčanje“, koje je okupilo više od 500 sudionika u parku Bundek.

U sklopu „**PETICA za trčanje**“, 558 djece i odraslih imali su priliku dobro se zagrijati i naučiti osnove pravilnog trčanja uz trenere škole trčanja Trčaona. Organizirane su utrke u kojima je sudjelovalo 300 trkača - učenika i učenica drugih, trećih i četvrtih razreda, roditelja te učitelja. Osim što su sudionici imali priliku vikend započeti aktivno, mogli su pripremati i kreativne transparente te tako bodriti svoje vršnjake, ali i roditelje te učitelje.

Na činjenicu da pretilost nije šala aktivno ukazuje program PETICA-igrom do zdravlja koji se provodi od školske godine 2014./2015. u 15 zagrebačkih osnovnih škola. Edukacijom djece i roditelja o važnosti pravilne prehrane i tjelesne aktivnosti za zdravlje nastoji se ostvariti cilj programa - prevencija pretilosti u djece školske dobi. Razlog pokretanja programa, ali i ove inicijative, su zabrinjavajući statistički podaci Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo koji pokazuju da 33% dječaka i 20% djevojčica, u dobi od 11 godina, imaju prekomjernu tjelesnu masu ili pretilost. Jedan od razloga tomu je svakako i tjelesna neaktivnost djece - samo 39% dječaka i 26% djevojčica je tjelesno aktivno 60 minuta tijekom dana. Pretilost je ozbiljna bolest koja povećava rizik od razvoja kroničnih nezaraznih bolesti u budućnosti radi čega je važno stvoriti zdrave životne navike od malih nogu.

Ovo trkačko događanje otvorio je **gradonačelnik Grada Zagreba, g. Milan Bandić**.

U svom pozdravnom govoru istaknuo je važnost organizacije događanja posvećenih tjelesnoj aktivnosti koja ima brojne dobrobiti za zdravlje te treba biti sastavni dio **PROGRAM PREVENCIJE PRETILOSTI DJECE ŠKOLSKÉ DOBI** svakodnevnice svake obitelji.

Hrvatski liječnički zbor · Šubićeva 9 · HR-10 000 Zagreb · Tel. +385 (0)1 46 93 300 · Fax: +385 (0)1 46 55 066

OIB: 60192951611 · Žiro račun kod Zagrebačke banke d. d. · SWIFT: ZABAHR2X · IBAN: HR7423600001101214818 · PNB: 268-120



Projekt PETICA - igrom do zdravlja dio je EPODE međunarodne mreže (EIN) programa čiji je cilj smanjenje stope pretilosti u djece školske dobi diljem svijeta.

petica@hlz.hr
www.petica.hr



igrom do zdravlja

„Sportsko događanje „PETICA za trčanje“ mali je, ali važan korak koji je pridonio stvaranju zdravijih životnih navika obitelji te cijele zajednice. Danas smo zajedničkim, trkačkim snagama poslali važnu poruku kako je pretilost ozbiljna bolest čijoj prevenciji možemo pridonijeti redovitom tjelesnom aktivnošću. Naše tijelo pamti, a svaki korak se broji stoga se odlučite živjeti aktivnije.“, izjavila je **voditeljica programa Sara Cobal, mag. nutr.**

Na činjenicu da zdraviji način života roditelja doprinosi i zdravijoj budućnosti njihove djece istaknuo je **Nedeljko Vareškić, predsjednik udruge Aktivan život i osnivač Trčaone**. „Drago nam je da smo imali priliku sudjelovati u organizaciji ovog događanja jer kao najveća zajednica rekreativnih trkača u Hrvatskoj, promoviramo zdrav i aktivan način života. Naša škola trčanja je za odrasle, no ovime želimo potaknuti roditelje da svoju ljubav prema trčanju i aktivnostima prenesu i na svoju djecu.“, zaključio je **predsjednik udruge Aktivan Život**.

Vrhunac događanja „PETICA za trčanje“ bila je dodjela vrijednih nagrada najbržim trkačima te za najkreativniji transparent. Osim vrijednih nagrada, adekvatnu hidraciju i dodatna iznenađenja za sudionike događanja osigurali su sponzori programa **PETICA - Novo Nordisk Hrvatska, Biovega, Printera, Dukat, Jamnica, Sportsko savjetovalište Farmacia, Fidifarm, Decathlon te Maskote.hr**.

###

Za više informacija obratite se:

Sari Cobal, mag. nutr.

Voditeljica programa PETICA– igrom do zdravlja

E: cobal.epode@hlz.hr

M: +385 98 171 23 38