

To już czwarta edycja wydarzenia, które na stałe wpisało się w kalendarz lokalnych inicjatyw prozdrowotnych i sportowych.

Na miejscu można było skorzystać z bezpłatnych badań i konsultacji medycznych (m.in. pod kątem osteoporozy, badanie znamion na skórze, ekg, pod kątem cukrzycy, obecności żelaza, ocena ukrwienia kończyn i pomiar ciśnienia), przeglądów stomatologicznych oraz porad psychologicznych dla dzieci. Dużym zainteresowaniem cieszyły się także spotkania z dietetykami i trenerami personalnymi, którzy udzielali praktycznych wskazówek dotyczących zdrowego stylu życia.

W strefie badań i profilaktyki obecni byli m.in. specjaliści z Uniwersyteckiego Centrum Stomatologicznego oraz Centrum Zdrowia Psychicznego SALUS, zapewniając fachową opiekę i wiedzę. Na porady psychologiczne mogliśmy liczyć również przy stoisku Era Psyche i Konieczny Fizjoterapia.

Na stoisku przygotowanym przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Długolece – tym razem „pod patronatem kapibar” – na dzieci i dorosłych czekało koło fortuny z zadaniami, tworzenie przypinek, malowanie toreb i płócien oraz porcja wiedzy na temat przeciwdziałania przemocy.

Wydarzenie było również świetną okazją, aby poznać ofertę lokalnych klubów sportowych i siłowni. Swoją działalność prezentowali m.in.:

- Fit Strefa Kiełczów
- Zdrowe Sprawne Dzieci i Trener Personalny Michał Chalabala
- Siłownia Galaktyka
- GKS START Długoleka
- GKS Kamień
- SABUM – Klub Sztuk Walki Taekwon-do
- Mako Judo – sekcja w Długolece
- AS Victoria – badminton
- Wrocławska Akademia Taichi
- oraz dietetyk Radosław Bernat

Pokazy, warsztaty i konsultacje zachęcały mieszkańców do podejmowania aktywności fizycznej i dbania o zdrowy tryb życia.

Furorę zrobił tor przeszkód w alkoholach i narkogoglach przy stoisku Centrum

Profilaktyki Arkadia. Mieszkańcy na własne oczy mogli przekonać się, jak diametralnie zmienia się perspektywa będąc pod wpływem używek.

Od godziny 12:00 do wydarzenia dołączyli także funkcjonariusze Komendy Miejskiej Policji we Wrocławiu, którzy prowadzili akcję znakowania rowerów. Każdy chętny, posiadający dowód osobisty, rower z pełnym wyposażeniem oraz dowód zakupu, mógł bezpłatnie zabezpieczyć swój jednoślad przed kradzieżą. Wraz z funkcjonariuszami przybył do Długoleki Komisarz Lew, który chętnie pozował do zdjęć.

– Od lat powtarzam, że lepiej zapobiegać niż leczyć – i właśnie temu służą takie wydarzenia jak Zdrowa, Aktywna Długoleka. Dzięki bezpłatnym badaniom i konsultacjom mieszkańcy mogą wcześniej wykryć niepokojące sygnały i zadbać o swoje zdrowie. Ogromnie cieszy mnie, że wielu mieszkańców skorzystało z tej możliwości. Równie ważna jest aktywność fizyczna – sport, rekreacja, ruch na świeżym powietrzu – to najlepsza profilaktyka i inwestycja w siebie – podsumowuje Wojciech Błoński, Wójt Gminy Długoleka.

„Zdrowa, Aktywna Długoleka” po raz kolejny pokazała, że zdrowie i aktywność idą w parze. Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy wzięli udział – mieszkańcom obecność i aktywność, specjalistom medycznym, psychologom, dietetykom i trenerom za fachowe wsparcie, klubom sportowym i siłowniom za motywowanie do ruchu, funkcjonariuszom Policji z KMP Wrocław za akcję znakowania rowerów, strażakom z OSP Brzezia Łąka, pracownikom GOPS za kreatywne stoisko i działania edukacyjne oraz wszystkim, którzy przyczynili się do organizacji wydarzenia.