

Zajímavé akce pomohou dětem, charitě i vašemu zdraví

Květen a počátek června jsou v městské části Praha 4 bohaté na akce ze sociální a zdravotní oblasti, na které tímto organizátoři srdečně zvou. Všude je samozřejmě vstup zdarma.

První akcí jsou „DNY DOBRÉ VŮLE aneb Malý dárek – velké srdce“. Obchodní centrum DBK Budějovická i letos s radostí věnuje jeden květnový týden na podporu obecně prospěšných organizací. Od 12. do 16. května si proto v -1. patře DBK můžete zakoupit ručně vyráběné produkty z chráněných dílen, přispět na charitativní projekty nebo podpořit veřejné sbírky. Hosty letos budou Nadace rozvoje občanské společnosti - Pomozte dětem, Zdravotní klaun, PROSAZ, Okamžik, Pohoda, Prostě triko, Chytrá péče, Diakonie Praha, EDA, Komunitní centrum Mezi námi a další.

I vy můžete pomoci! Stačí, když zakoupíte produkty z chráněných dílen, věnujete příspěvek do sbírek nebo se zapojíte do doprovodných akcí, které během těchto dnů probíhají. „Každý dobrý skutek se počítá! Věřím, že spolu vytvoříme týden plný dobré vůle a solidarity,“ říká radní městské části Praha 4 Radek Lacko (ANO 2011). Přijďte a staňte se součástí této smysluplné akce!



V závěru května, konkrétně 30. 5. od 12.00 hod. do 17.00 hod., je u příležitosti Světového dne bez tabáku připravena další akce ze série zdravotnických programů na podporu vašeho zdraví, tentokrát zaměřená na prevenci



onemocnění plic s názvem „Dýchám, tedy jsem“. Tuto událost můžete navštívit v obchodním centru Novo Plaza. „Přijďte zjistit, v jaké kondici jsou vaše plicí a co jim prospívá,“ zve radní Prahy 4 Radek Lacko, díky jehož podpoře a spolupráci s Fakultní Thomayerovou nemocnicí (FTN) a neziskovou organizací Moje plicí bylo možné tuto akci uspořádat.

Čeká vás měření plicní funkce pomocí spirometrie, interaktivní aktivity či speciální dětský program „Šetři své plicí“, který organizuje Pneumologická klinika I. LF UK z FTN. Dozvíte se vše o prevenci, získáte užitečné rady a tipy, jak s kouřením přestat. S českým rekordmanem Davidem Venclem se naučíte techniky otužování a jak na správná dechová cvičení. A bude toho mnohem více. Na chvíli se proto

zastavte a užijte si den plný zdraví a inspirace pro vaše plicí!

Poslední, ale neméně důležitá je pozvánka na již tradiční Den pěstounství, letos nazvaný „DĚTI NA PRVNÍM MÍSTĚ aneb Den pěstounství s MČ Praha 4 a Dětským centrem Krč“, který Praha 4 pořádá již třetím rokem. Do světa dětí, které nemohou vyrůstat ve svých rodinách, máte možnost nahlédnout 2. června od 15.00 hod. do 18.00 hod. v Centru komplexní a dlouhodobé péče o děti a rodinu (Praha 4, Sulická 120). Připraveno je odpoledne plné zábavy, tvoření a společného sdílení. Těšit se můžete na skákací hrad, výtvarné dílny pro celou rodinu, společné bubnování, a dokonce i na terapeutické prasátko! Chybět nebudou ani další milá překvapení pro malé i velké a drobné občerstvení. (red)

