

**Mozogni mindig öröm**  
*Tiszaújvárosi Krónika/2005 XIII 20. szám (május 19.)*



Városi egészségnapot szervezett az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat Városi Intézete május 14-én, szombaton. A rendezvény célja az volt, hogy felhívja a figyelmet az egészségmegőrzés fontosságára, népszerűsítse az egészséges életmódot, a rendszeres mozgást. A nap programjai minden korosztály számára kínáltak látnivalót, információt, és lehetőséget a test megmozgatására. Délelőtt 11 órától gyógyhatású termékek, egészséges élelmiszerek bemutatóját tartották a Városháztéren.

Az érdeklődők természetesen meg is kóstolhatták a korszerű, egészségbarát alapanyagokból készült ételeket, illetve egészségügyi szakemberek tanácsadását is igénybe vehették. A fizikális állapot, kondíció felmérésének keretében vérnyomásmérést, vitálkapacitás-mérést, BMI számítást végeztek a szakemberek, és bemutatták az érdeklődőknek az angiográf készüléket.

A délutáni programokat Bráz György alpolgármester nyitotta meg. Mint mondta, nem szabad elfelejtenünk azt az igazságot, amelyet már az ókori görögök is vallottak, hogy az edzettebb test mindig erősebb lelket takar. Edzett testtel és erős lélekkel lehetünk csak egészségesebbek, boldogabbak, így lehet több örömünk az életben. A rendszeres mozgásnak, egészséges életvitelnek mindig nagy szerepet kell kapnia mindennapjainkban, hiszen a legfőbb értéket, az egészségünket így őrizhetjük meg. A mozgás örömét a vállalkozó kedvű résztvevők meg is tapasztalhatták a délután folyamán. A zenés bemelegítést követően korosztályonként futóversenyt tartottak a díszítő körül. A résztvevők az erőpróba után ásványvizet, cerbona szeletet és tombolát kaptak, melyek sorsolását dr. Szabó Éva megbízott városi tisztifőorvos vezette. A rendezvényen bemutatót tartottak a tiszaujvárosi Sárkány SC Íjász Egyesület, az Etká-Jóga Egyesület, valamint a Gimnasztráda, a PeppeR Táncstúdió és a Tempo Táncklub tagjai.

T. E.