

Bieg Policz się z Cukrzycą

Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Koło w Złotoryi uczestniczyło w sobotę 9 stycznia 2016 w Biegu " **Policz się z Cukrzycą** ", zorganizowanego w ramach 24 Finału WOŚP, który miał miejsce na kompleksie boisk ul Wiosenna. Organizatorami byli: Złotoryjski Sztab WOŚP, Młodzieżowy Sejmik Województwa Dolnośląskiego, ZHP Złotoryja, Miasto Złotoryja oraz Koło Diabetyków w Złotoryi.

Bieg w Złotoryi odbywał się po raz pierwszy, mimo mrozu w biegu uczestniczyło ok. 40 osób. Aby wziąć udział w zabawie, wystarczyło tylko nabyć symboliczną cegiełkę za 7 zł i przebiec lub przejść wyznaczony odcinek trasy. Zebrane w dniu 9. I. 2016 r środki ze sprzedaży cegiełek w całości zostały przekazane na Program Leczenia Osobistymi Pompami Insulinowymi Kobiet Ciężarnych z Cukrzycą.

Po symbolicznym otwarciu biegu przez najmłodszego uczestnika, nastąpiła rozgrzewka dla wszystkich uczestników, którą poprowadziła Monika Kaczmarek, był to DiabeDance ©. Ogólnopolski Projekt Edukacji Społecznej 2014 Stowarzyszenia Edukacji Diabetologicznej jest realizowany w całej Polsce pod honorowym patronatem prof. dr hab. n med. Krzysztofa Strojka - Konsultanta Krajowego w Dziedzinie Diabetologii, we współpracy z Polskim Stowarzyszeniem Diabetyków, Ogólnopolską Federacją Organizacji Pomocy Dzieciom i Młodzieży Chorym na Cukrzycę, Polskim Towarzystwem Diabetologicznym, Fundacją - „Wstańmy razem. Aktywna rehabilitacja”. DiabeDance © to rodzaj tańca o prostych ruchach i krokach, które mogą wykonać osoby w różnym wieku, z różnych pokoleń, o zróżnicowanej sprawności ruchowej. Przewodnimi działaniami projektu są edukacja, zwiększenie świadomości wśród polskiego społeczeństwa o zagrożeniach, jakie niesie ze sobą cukrzyca, czynnikach je wywołujących, poprawa komfortu życia pacjentów z cukrzycą, przełamywanie barier, zapobieganie groźnym powikłaniom cukrzycowym, poprzez właściwą kontrolę, wdrożenie zasad zdrowego odżywiania oraz istoty projektu, czyli zwiększenie aktywności fizycznej. Chętne osoby mogły także wziąć udział w zadaniu Anioły, polegającym na ćwiczeniach o zaufaniu do drugiej osoby. Wszyscy uczestnicy byli bardzo zadowoleni i otrzymali mały upominek.

Każdy uczestnik Biegu Policz się z Cukrzycą otrzymał na koniec certyfikat, zostały nagrodzone osoby, w poszczególnych kategoriach, min. najstarszy, czy najmłodszy uczestnik, najlepszy zawodnik biegu, najlepszy zawodnik marszu. Nie mogło zabraknąć także gorącej herbaty, czy posiłku.

Serdecznie dziękujemy za zorganizowanie Biegu w Złotoryi Pani Ewie Miara - Szef Złotoryjskiego Sztabu WOŚP, Grzegorzowi Górajec - Vice Przewodniczący Młodzieżowego Sejmiku Dolnośląskiego, dr Barbarze Kołodziej za pomoc medyczną, P. Jackowi Zańko - kierownikowi Hali Tęcza, wszystkim innym organizatorom, którzy w tym dniu bardzo pomogli, oraz wszystkim uczestnikom i diabetykom biegu.