



Narodowy Dzień Sportu – Fundacja Zwalcz Nudę już po raz 10. zaprasza do ćwiczeń całą Polskę

3 mln ćwiczących osób, 5 000 wydarzeń i 100 sportowców – to podsumowanie dotychczasowych 9 edycji Narodowego Dnia Sportu, wielkiego święta, które co roku ogarnia całą Polskę. Szkoły, siłownie, orliki, związki sportowe i inne organizacje otwierają swoje drzwi, organizują bezpłatne treningi, wspólnie ćwiczą i promują zdrowy tryb życia. Co roku w Narodowym Dniu Sportu biorą udział dzieci, dorośli i seniorzy, a wielkim finałem wydarzenia jest piknik na błoniach PGE Narodowego w Warszawie. W tym roku organizator – Fundacja Zwalcz Nudę – zaprasza na jubileuszową, 10. edycję Narodowego Dnia Sportu, która odbędzie się 18 września. Od początku wydarzenie wspiera również Ministerstwo Sportu i Turystyki.

Sportowa dekada

Do udziału w Narodowym Dniu Sportu co roku zgłaszają się ośrodki i organizacje z całej Polski. Co piszą i mówią o tym wydarzeniu?

„Zaangażowanie oraz integracja społeczeństwa danej miejscowości oraz promowanie zdrowego i aktywnego spędzania czasu wolnego” – pisze w ankiecie jedno z miast partnerskich.

„Wspaniale spędzony czas, gdzie słońce swoimi promieniami pisało scenariusz do naszych dzisiejszych zajęć. Był czas na rozgrzewkę i zapoznanie się z podstawami techniki nordic walking” – Nordic Walking Malbork.

„Wiemy, jak ważny jest sport w życiu wszystkich osób. Pomaga w utrzymaniu zdrowego stylu życia i w młodym wieku kształtuje charaktery oraz pomaga w kształtowaniu relacjach społecznych. Realizując imprezę w Narodowy Dzień Sportu pomogliśmy w pierwszym kroku w sport dzieciom z klas IV” – Pelplińskie Centrum Sportu.

Czas spędzony wspólnie z rodziną, nowe przyjaźnie, zdrowie i przede wszystkim rozbudzenie pasji do sportu – w swoich wypowiedziach organizatorzy wydarzeń w całej Polsce podkreślają, że właśnie to cenią sobie najbardziej w Narodowym Dniu Sportu. Bezpłatne treningi to okazja do rozpoczęcia całkiem nowej, sportowej przygody, a organizowany po raz 10. Narodowy Dzień Sportu już na stałe wpisał się w kalendarz wielu placówek i organizacji w całym kraju.



Ciągle trzeba namawiać do sportu

Od stycznia 2018 r. do końca marca 2020 r. Narodowa Izba Kontroli przeprowadzała badania o dostępności profilaktyki i leczenia otyłości dzieci i młodzieży w placówkach Podstawowej Opieki Zdrowotnej (POZ) i Ambulatoryjnej Opieki Specjalistycznej (AOS). Jak pokazują te badania, jedynie wśród kilkunastu procent pacjentów do 18. roku życia doszło do zmniejszenia się masy ciała. Na złym poziomie była również profilaktyka – niektóre z kontrolowanych placówek nie zaplanowały w budżecie na nią wydatków i polegała ona jedynie na rozdawaniu materiałów informacyjnych czy ustnych pouczeniach. Rodzice dzieci dotkniętych otyłością powinni więc w większości sami zadbać o zdrowie swoich pociech¹. A jak to zrobić? Najlepiej zarazić ich pasją do sportu!

Przed nami jubileuszowa, 10. już edycja Narodowego Dnia Sportu - pięknej inicjatywy, którą od początku wspieramy. Cele Ministerstwa Sportu i Turystyki oraz Fundacji Zwalczyć Nudę są tożsame – zachęcamy Polaków do tego, aby byli aktywni fizycznie i poznawali nowe dyscypliny sportu. Podczas Narodowego Dnia Sportu, wspieranego przez Ministerstwo Sportu i Turystyki w ramach Programu "Sport dla Wszystkich", zarówno dzieci, jak i dorośli oraz seniorzy będą mieli ku temu wspaniałą okazję. Aktywizacja społeczeństwa, zwłaszcza upowszechnianie sportu wśród dzieci i młodzieży, to jeden z naszych priorytetów. Regularna aktywność fizyczna ma ogromny wpływ na prawidłowy rozwój dzieci, pomaga w nawiązywaniu przyjaźni, podwyższa samoocenę. Sport to najlepsza profilaktyka, poprawia kondycję fizyczną i psychiczną. W regularną aktywność fizyczną dzieci i młodzieży w całej Polsce od 2015 roku zainwestowaliśmy już ponad 1,2 mld zł, wzmacniamy także naszą ofertę kierowaną do osób dorosłych i związaną z budową nowoczesnej oraz bezpiecznej infrastruktury sportowej. Jestem przekonany, że dzięki naszym działaniom i wydarzeniom takim jak Narodowy Dzień Sportu, sport w życiu coraz większej liczby osób będzie zyskiwał na znaczeniu, odczuwalnie wpływając na jego jakość – mówi minister sportu i turystyki Kamil Bortniczuk.

Na czym polega Narodowy Dzień Sportu?

Fundacja Zwalczyć Nudę współfinansowana przez Ministerstwo Sportu i Turystyki od 9 lat organizuje nieprzerwanie to święto zdrowia i aktywnego trybu życia. Cały rok trwają przygotowania. Zaproszeni do udziału w kampanii partnerzy – punkty sportowe z całego kraju – organizują u siebie bezpłatne treningi oraz dołączają do wielkiego pikniku w Warszawie na błoniach PGE Narodowego. W ten sposób powstaje program setek bezpłatnych treningów z dziesiątek dyscyplin sportowych. Całą serię wydarzeń fundacja zbiera pod jednym hasłem i nagłaśnia wielką kampanią: Narodowy Dzień Sportu.

¹ Więcej o badaniu: www.nik.gov.pl/aktualnosci/otylosc-i-nadwaga-u-dzieci-coraz-wiekszy-problem-coraz-mniej-skuteczne-dzialania.html [15.06.2022 r.].



To 10. edycja Narodowego Dnia Sportu, czyli już dekadę zarazamy Polaków i Polki sportem. Nasze statystyki potwierdzają, że się nam to udaje – co roku mamy setki treningów i setki tysięcy odwiedzających. Wciąż trzeba jednak zachęcać do ćwiczeń – szczególnie dzieci. Dlatego zapraszamy każdego, kto chce dołączyć do kampanii. Kto wie, być może to właśnie w jego siłowni czy w szkole narodzi się nowy talent, który będzie reprezentował Polskę na Igrzyskach Olimpijskich? Narodowy Dzień Sportu to wydarzenie dla wszystkich, bez względu na wiek, stan zdrowia, portfela, poziom aktywności. To impreza dla zarówno dla osób, które nie uprawiają sportu, jak i dla tych, którzy już są aktywne fizycznie – mówi Krystyna Radkowska, Prezes Fundacji Zwalcz Nudę, organizatora Narodowego Dnia Sportu.

Dołącz do Narodowego Dnia Sportu

Każdy, kto chce zorganizować trening w ramach Narodowego Dnia Sportu – może być to szkoła, organizacja pozarządowa, firma prywatna, sportowiec, ale nie tylko! – musi wypełnić prosty formularz zgłoszeniowy na stronie www.narodowydziensportu.pl, a więcej o możliwości współpracy tutaj: www.narodowydziensportu.pl/strefa-partnera/ W Warszawie odbędzie się finał wydarzenia – każdy chętny może zgłosić się jako wystawca podczas wielkiego pikniku na błoniach PGE Narodowego. Udział jest całkowicie bezpłatny, a w tym roku organizatorzy przygotowują niespodzianki z okazji dziesięciolecia. Szczegóły już wkrótce.

Aby być zdrowym, trzeba uprawiać sport, ale także odpowiednio się odżywiać. Strategicznym partnerem aktywnego stylu życia i Narodowego Dnia Sportu 2022 są polscy producenci owoców i warzyw. Zdrowe życie zaczyna się już w kuchni – warzywa i owoce powinny stanowić połowę tego, co jemy w każdym posiłku. Podczas pikniku będziecie mogli odwiedzić specjalną strefę owoców i warzyw, w której czekać będą na Was m.in.: animacje, degustacje, konsultacje z dietetykami czy pokaz kulinarny.

Organizatorem kampanii jest Fundacja Zwalcz Nudę. Kampania jest współfinansowana przez Ministerstwo Sportu i Turystyki.

Patroni honorowi

Minister Sportu i Turystyki

Polski Komitet Olimpijski

Polski Komitet Paraolimpijski

Marszałek Województwa Podkarpackiego

Marszałek Województwa Lubuskiego

Marszałek Województwa Świętokrzyskiego

Marszałek Województwa Małopolskiego

Marszałek Województwa Wielkopolskiego

Marszałek Województwa Lubelskiego



Marszałek Województwa Podlaskiego
Marszałek Województwa Dolnośląskiego
Marszałek Województwa Opolskiego
Marszałek Województwa Śląskiego
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego
Marszałek Województwa Zachodniopomorskiego

Patronat medialny

Radio Eska
TVP Sport
Dietetycy.org.pl
Nasze Miasto
Asystent Trenera
Topgolf.pl
Wiadomości Wędkarskie
Golfpl.com
FitRepublic.pl
iotowck.info
Gazeta Myszkowska
Express Jarosławski
Ciechocinek.biz
Nowy Tydzień Lubelski
Nowy Tydzień
Silesia.info.pl
Życie Bytomskie
Ciechocinek.pl
Lubelski.pl
MojBytom.pl
Siemianowice.net.pl
Piekaryslaskie.com.pl
Mojegliwice.pl
Życie Bytomskie
Ciechocinek.pl
Twój Kurier Olsztyński
Inkubator Kultury Szczecin
kopernik.tv
Waw4free
Super Tydzień Chełmski
Radio BonTon
Bytomski.pl
Radio PIK
Dzień dobry Włocławek
Jestem ze Wschowy
Radio Dla Ciebie



Radom24.pl
Polskie Radio Lublin

Narodowy Dzień Sportu

18 września, cała Polska

Piknik sportowo-rodzinny na błoniach PGE Narodowego, 18 września, godz. 12:00-17:00

www.narodowydziensportu.pl

Kontakt dla mediów

Aleksandra Stronkowska

promocja@zwalcznude.pl

tel. 665 590 237