

**Fundația Română a Inimii, Societatea Română de Cardiologie și Federația Română de Fotbal,
împreună cu
Federația Mondială a Inimii și UEFA au implementat etapa a doua a programului
Cu mișcare, inima e zâmbitoare!**

București, februarie 2017



Pentru al doilea an consecutiv, Fundația Română a Inimii, Societatea Română de Cardiologie și Federația Română de Fotbal, împreună cu Federația Mondială a Inimii și UEFA au implementat programul **“Cu mișcare, inima e zâmbitoare!”**, ce are scopul de a promova activitatea fizică în rândul a 1.000 de copii cu vârste cuprinse între 7 și 12 ani, din zone defavorizate.

Campania a venit ca urmare a faptului că mai puțin de 25% dintre copiii cu vârste cuprinse între 7 și 12 ani efectuează minimum 60 de minute de activitate fizică pe zi, așa cum recomandă Organizația Mondială a Sănătății.

Programul a fost implementat pe parcursul a patru săptămâni, în șase școli din cartiere defavorizate ale orașelor Oradea și Iași.

Sub sloganul **„Fii activ, iubește-ți inima!”**, copiii din aceste școli au învățat importanța activității fizice și au fost încurajați să fie mai activi. În acest sens, au fost prezentate materiale și activități pentru a inspira antrenorii și profesorii de sport să-i încurajeze pe copii să se distreze făcând mișcare, precum și pentru a ajuta părinții și educatorii să înțeleagă modul în care copiii pot trece peste barierele ce împiedică activități fizice zilnice, precum lipsa de timp, supra-competitivitatea și lipsa cunoștințelor asupra beneficiilor activității fizice. Materialele educaționale pentru copii și ghidul de practică pentru profesori și părinți cu privire la beneficiile activității fizice, dezvoltate în cadrul acestei campanii, au fost distribuite gratuit. Materialele au oferit copiilor sfaturi practice și idei despre cum să fie mai activi la școală dar și acasă. Activitățile sportive, cum ar fi fotbalul, adăugă distracție întreaga zi, sunt accesibile și au efecte pozitive asupra sănătății, copiii devenind mai puternici, mai încrezători în sine și mai sociabili.

În școlile participante, copiii au participat la un concurs cu obiectivul de a efectua cât mai mulți pași în cele patru săptămâni, cu accent pe creșterea activității fizice zilnice, mai degrabă decât pe competitivitate.

“În societatea contemporană, nu mai este de la sine înțeles că toți copiii fac mișcare și în consecință programul **“Cu mișcare, inima e zâmbitoare!”**, aduce o contribuție meritorie la promovarea unei vieți sănătoase într-un program extrem de interesant și atrăgător pentru copii.



Ceea ce trebuie să înțelegem noi, din bucuria copiilor care au participat la campanie, este că activitatea fizică este sănătoasă, se face cu plăcere și are un important rol educativ.

Asemeni Fundației Române a Inimii și Societății Române de Cardiologie, Federația Română de Fotbal dezvoltă programe educaționale pentru tineri centrate pe fotbal și încurajează orice proiect în urma căruia beneficiarii înțeleg rostul și rolul mișcării pentru o viață sănătoasă” - Ioan Geolgău, ambasadorul programului **“Cu mișcare, inima e zâmbitoare!”**.

Aceste acțiuni contribuie la îndeplinirea obiectivului specific 2.2 din Planul Strategic pentru Dezvoltarea Fotbalului din România 2015-2020, având în planul de acțiuni ”creșterea numărului proiectelor de CSR”.

Fundația Română a Inimii a fost fondată de către cei peste 1.000 de cardiologi români, membri ai Societății Române de Cardiologie. Obiectivul Fundației este de a pune în aplicare strategia națională pentru prevenirea bolilor cardiovasculare și de a sprijini campaniile de informare pe teme de sănătate pentru publicul român. Pentru informații suplimentare, vă rugăm să ne contactați la adresa de e-mail: office@romanianheart.ro și să vizitați site-ul www.romanianheart.ro

Uniunea Asociațiilor Europene de Fotbal (UEFA) este forumul de conducere al fotbalului european. Este organizația umbrelă pentru cele 54 de asociații naționale de fotbal din Europa. Misiunea de bază a UEFA este de a promova, proteja și dezvolta fotbalul european în spiritul de unitate, solidaritate, pace, înțelegere și fair-play, fără nici o discriminare politică, de rasă, religie, sex sau orice alt motiv, să sprijine și să protejeze asociațiile sale membre pentru bunăstarea generală a jocului de fotbal european.

Federația Mondială a Inimii este singura entitate mondială de advocacy care reunește toate fundațiile ce luptă împotriva bolilor cardiovasculare (BCV), pentru a ajuta oamenii de pretutindeni să ducă o viață sănătoasă. Miza Federației Mondiale a Inimii este reducerea cu 25% a ratei deceselor premature cauzate de afecțiuni cardiovasculare, până în 2025. Pentru mai multe informații, vă rugăm să vizitați: www.worldheart.org; www.facebook.com/worldheartfederation și twitter.com/worldheartfed