



•
• Podľa rozdeľovníka
•

Váš list číslo/zo dňa

Naše číslo
RÚVZSL/
OPZaVkJ/1592/6633/2025Vybavuje/linka
Mgr. Anna KyseľováStará Ľubovňa
10. 10. 2025

Vec

Vyzvi srdce k pohybu - informácia a výzva k účasti na realizácii celonárodnej kampane

Kampaň „Vyzvi srdce k pohybu“ je celonárodná kampaň na zvýšenie pohybovej aktivity dospeléj populácie. Cieľom kampane „Vyzvi srdce k pohybu“ je prispieť k zlepšeniu zdravotného stavu obyvateľov Slovenska posilnením behaviorálnej zmeny prostredníctvom ovplyvňovania jedného z najvýznamnejších rizikových faktorov chronických neprenosných ochorení – fyzickej inaktivity.

Kampaň prebieha v období od 29.9.2025 do 23.11.2025, t. j. v trvaní ôsmich týždňov.

Kto sa môže zapojiť:

Účastníkom súťaže sa môže stať fyzická osoba staršia ako 18 rokov s plnou spôsobilosťou na právne úkony, trvalým pobytom a korešpondenčnou adresou na území Slovenskej republiky.

Účastník sa zapojí do súťaže tak, že:

- bude vykonávať pohybovú aktivitu počas minimálne 4 po sebe nasledujúcich týždňov v období od 29.9.2025 do 23.11.2025;
- každý týždeň vykoná aspoň 150 minút aktivity strednej intenzity, alebo 75 minút aktivity vysokej intenzity, alebo adekvátnu kombináciu týchto intenzít;
- pravdivo vyplní účastnícky list dostupný na webovom rozhraní, alebo cez mobilnú aplikáciu Vyhlasovateľ, vrátane osobných údajov a záznamu aktivít;
- odošle účastnícky list najneskôr do 26.11.2025 prostredníctvom vyplnenia online formulára alebo poštou na adresu organizátora.

Odbornými partnermi kampane sú Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky a Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Banskej Bystrici, riešiteľské pracoviská sú všetky Regionálne úrady verejného zdravotníctva v Slovenskej republike, mediálnym partnerom je TVJoJ.

Online formulár, účastnícky list a ostatné informácie nájdete na stránke https://www.uvzs.sk/web/uvz/home/-/asset_publisher/vcod/content/startujeme-uz-xi-rocnik-celonarodnej-kampane-vyzvi-srdce-k-pohybu

Po ukončení kampane budú z účastníkov, ktorí súhlasili so zapojením do súťaže, vyžrebovaní a odmenení piati výhercovia.

Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Starej Ľubovni Vás v súvislosti s kampaňou „Vyzvi srdce k pohybu“ vyzýva o sprístupnenie týchto informácií čo najväčšiemu počtu ľudí, aby túto kampaň podporili, zapojili sa do nej a následne pozitívne ovplyvnili svoje zdravie. Pevne veríme, že táto kampaň povzbudí čo najviac ľudí, aby zaradili do svojho voľného času pohybové aktivity a žili zdravšie.

Príloha: 2

RNDr. Mária Mancalová, MPH
regionálny hygienik

Informatívna poznámka - tento dokument bol vytvorený elektronicky