

## TISKOVÁ ZPRÁVA

### Procházka na Šibeňáku: Mozkový jogging pro všechny generace

**JIČÍN (17. 03. 2025) – "Procházka na Šibeňáku" akce pořádaná v rámci celorepublikové akce Pochod pro mozek. Cílem této iniciativy bylo připomenout důležitost pohybu pro správné fungování mozku a podpořit tak fyzickou a mentální kondici obyvatel.**

Místní akční skupina Otevřené zahrady Jičínka z. s. uspořádala v týdnu od 10. do 16. března 2025 v Jičíně akci "Procházka na Šibeňáku" v rámci celorepublikové akce Pochod pro mozek. Cílem této iniciativy bylo připomenout důležitost pohybu pro správné fungování mozku a podpořit tak fyzickou a mentální kondici obyvatel.

Účastníci akce se mohli těšit na kombinaci procházky přírodou na Šibeňáku a mozkového joggingu v podobě hádanek, hlavolamů, rébusů a kvízů, které byly připraveny pro děti i dospělé. Pro zapojení do soutěže sloužily odpovědní karty, které byly po odevzdání slosovatelné. Pět šťastlivců mělo možnost získat poukaz na vstup na akci ke Dni Země, která se uskuteční 26. dubna 2025 v areálu Centra přírodních věd – Hvězdárny Jičín.

Akce se těšila velkému zájmu veřejnosti, celkem se přihlásilo 144 účastníků. Odevzdáno bylo 73 odpovědních karet, z toho 37 v kategorii děti a 36 v kategorii dospělí. První účastníci se na procházku vydali již 10. března 2025 v 10:01, kdy se na trasu vydala maminka se dvěma dětmi.

### Zábava pro celou rodinu

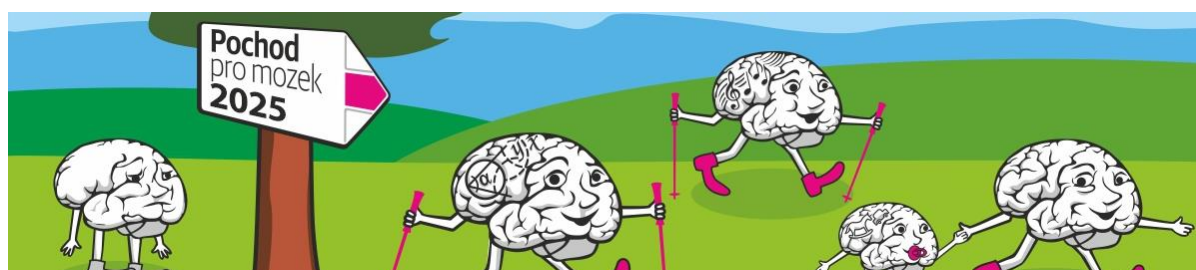
Akce "Procházka na Šibeňáku" se ukázala jako skvělá příležitost pro rodiny, jak strávit aktivní čas v přírodě a zároveň procvičit své mozkové závity. "Musím se přiznat, že nám některé otázky daly zabrat. S dcerou Nikolkou a babičkou jsme si to užily," svěřila se jedna z účastnic, což potvrzuje, že úkoly byly výzvou pro všechny generace.



### Pozitivní ohlasy a doporučení

Účastníci akce vyjadřovali svou spokojenost a nadšení. "Děkujeme za zorganizování akce, rádi se zúčastníme i příští rok :-)," zaznělo od dalšího z účastníků, což svědčí o tom, že akce si získala své příznivce.

Nicméně, objevily se i podněty ke zlepšení. "Oceňuji, že úkoly byly opravdu pro všechny věkové kategorie. Pro příště určitě doporučuji vyšší propagaci akce (rozmístit letáčky po Jičíně, ale i v rámci škol v okrese). Jsem učitelka ZŠ a o akci jsem se dozvěděla čistě náhodně na FB," upozornila jedna z účastnic, která je učitelkou základní školy. Tento podnět je cenný pro organizátory, kteří tak mohou v budoucnu zvážit rozšíření propagačních aktivit.



## Zábavné úkoly a občasně zmatky



Úkoly připravené pro účastníky byly různorodé a zábavné, jak potvrzuje i další z účastníků: "Děkujeme za krásnou procházku s bezva úkoly. U některých jsme si opravdu mozky potrápili a kupodivu nám některé úkoly pro děti přišly složitější, než ty dospělácké." Občas se však objevily i drobné komplikace s orientací. "Jediné, kde jsme trošku zabloudili, bylo u stanovišti č. 5, když strom s úkolem byl krapek mimo hlavní trasu a zároveň u cestičky jiné. Vydali jsme se po cestičce a došli ke stanovišti č. 7, odkud jsme se tedy vrátili k rybníku Hádek (na č. 6) a pak pokračovali už popořadě," popsala jedna z účastnic svou zkušenost.

## Nadšení dětí a radost z pohybu

Děti si akci "Procházka na Šibeňáku" užily naplno. "Zasílám obrázky při řešení úkolů Julinky (8 let) a Matěje (5 let). Oba byli ze stezky nadšení a dcera dokonce zvládala úkoly hravě řešit," podělil se o své dojmy jeden z rodičů. Akce tak nejenže podpořila pohyb, ale také rozvíjela dětskou zvědavost a schopnost řešit problémy.



## Celkové hodnocení



"Děkujeme, moc jsme si to užili!!!" shrnul pocity mnoha účastníků jeden z komentářů. Akce "Procházka na Šibeňáku" se tak stala úspěšnou událostí, která spojila zábavu s osvětou a podpořila zdravý životní styl. Sklidila pozitivní ohlasy od účastníků, kteří ocenili zábavnou a poučnou formu aktivity.

Organizátoři z místní akční skupiny Otevřené zahrady Jičínka z. s. si zaslouží pochvalu za skvělou organizaci a pozitivní přínos pro komunitu.

Ing. Zuzana Vališková, projektový manažer MAS Otevřené zahrady Jičínka z. s.

