

„Rusza mnie pomaganie” czyli pomoc dla dzieci z nowotworami

Data publikacji: 21.08.2023 15:00

Średnio co roku u 1200 dzieci w Polsce diagnozowana jest choroba nowotworowa, która dotyka nie tylko małych pacjentów, lecz także ich bliskich. Właśnie startuje czwarta edycja „RakReatonu”, ogólnopolskiego wyzwania sportowo-charytatywnego, którego hasłem jest „Rusza mnie pomaganie”. Tegorocznym celem wyzwania jest pokonanie 1 milion 200 tysięcy kilometrów w jak najkrótszym czasie.

□

Głównym organizatorem wyzwania jest Fundacja „Na Ratunek Dzieciom z Chorobą Nowotworową”, która od wielu lat zapewnia wszechstronne i nieprzerwane wsparcie dzieciom, nastolatkom i ich bliskim w chorobie nowotworowej, jednocześnie szukając różnorodnych form niesienia skutecznej pomocy.

- Chcemy zaangażować w ten sposób jak największą liczbę osób i przekonać z jednej strony tych aktywnych, że pomaganie można łączyć ze swoją pasją, a pozostałych, że można wspierać nas na co dzień, niejako przy okazji wykonywania stałych czynności, takich jak droga do pracy czy relaksacyjny spacer
– informują organizatorzy wyzwania.

Tegorocznym celem wyzwania jest pokonanie 1 milion 200 tysięcy kilometrów w jak najkrótszym czasie. Aby osiągnąć wymaganą liczbę kilometrów uczestnicy wyzwania z terenu całej Polski, w tym naszego powiatu - zarówno osoby indywidualne, jak również drużyny firmowe - mają do wyboru trzy kategorie aktywności:

- Kategoria: Nogi (dostępne aktywności: bieg, bieg trailowy, spacer, nordic walking, wędrówka, wózek inwalidzki, bieżnia) – zapis GPS,
- Kategoria: Koła (dostępne aktywności: rower, rower szosowy, rower gravelowy, rower górski, rower elektryczny, hulajnoga, rolki/wrotki, deskorolka, rower ręczny, stacjonarny) – zapis GPS,
- Kategoria: Kroki (wystarczy połączyć źródło kroków aplikację Google Fit/ Apple Zdrowie lub zegarek Garmin/Polar, dzięki temu każdy krok zostanie wliczony do wyzwania).

Jeśli uda się osiągnąć cel, partnerzy wyzwania przekażą 120 tysięcy złotych na rzecz chorych dzieci. Uczestnicy wydarzenia mają na taką formę pomocy cały wrzesień, który w Polsce i na świecie uznaje się za miesiąc świadomości nowotworów dziecięcych.

Aby wziąć udział w wyzwaniu należy zainstalować aplikację Activity. Jest to aplikacja, którą każdy uczestnik instaluje sobie na urządzeniu mobilnym. Program monitoruje aktywność ruchową uczestnika i zlicza pokonany przez niego dystans. Nie jest to zbyt trudne do zainstalowania, a przez cały wrzesień możemy pomóc dzieciakom z chorobami nowotworowymi.

AK, inf. Pras.