



## **Narodowy Dzień Sportu 17 września. Fundacja Zwalcz Nudę czeka na zgłoszenia**

**Jak wynika z badań, 30% uczniów w szkołach korzysta ze zwolnienia z wychowania fizycznego, a w Polsce występuje problem z nadmiarem wystawiania takich zwolnień<sup>1</sup>. Od kilku lat media mówią o tym, że dzieci rezygnują z WF-u między innymi dlatego, że czują niechęć przed lekcją, stresują się, bo nie potrafią wykonać pewnych ćwiczeń. Lekarze natomiast biją na alarm, że rośnie odsetek otyłości wśród dzieci i młodzieży. Czy jest inny sposób, aby przekonać dzieci do sportu?**

W 2022 roku WHO podało, że dzieci w Polsce są tymi, które tyją najszybciej w Europie<sup>2</sup>. Kluczowe w leczeniu otyłości są aktywność fizyczna oraz żywienie. Dlatego już od jedenastu lat Fundacja Zwalcz Nudę organizuje Narodowy Dzień Sportu – wydarzenie, w ramach którego odbywają się setki wydarzeń sportowych w całej Polsce. Ideą kampanii nie jest zmuszanie dzieci czy młodzieży do ćwiczeń narzuconych z góry, ale wolny wybór. Wśród dziesiątek dyscyplin każdy może znaleźć coś dla siebie – są sporty zespołowe, proste zajęcia czy mniej znane dyscypliny. W tym roku odbędzie się już 11. edycja Narodowego Dnia Sportu, a organizatorzy właśnie zbierają zgłoszenia od punktów sportowych, które w ramach Narodowego Dnia Sportu chcą zachęcać do aktywności fizycznej wszystkich Polaków. Aby zostać partnerem akcji wystarczy zorganizować u siebie w placówce bezpłatny trening i zgłosić to na formularzu Fundacji Zwalcz Nudę - organizatorowi kampanii. W tym roku Narodowy Dzień Sportu odbędzie się 17 września.

---

1 <https://samorzad.pap.pl/kategoria/edukacja/minister-sportu-30-proc-polskich-dzieci-korzysta-ze-zwolnien-lekarskich-z-wf-cos>

2 <https://noizz.pl/spoleczenstwo/otylosc-dzieci-w-polsce-raport-who/f84tkfp>



## **Narodowy Dzień Sportu – zgłoszenia zostały otwarte!**

Narodowy Dzień Sportu to wyjątkowy dzień w roku, w którym Fundacja Zwalcz Nudę wraz z partnerami zwraca uwagę na tych, którzy kochają sport oraz wspólnie pokazują, jak wielu Polaków żyje aktywnie. W niedzielę 17 września w kilkuset placówkach sportowych w Polsce organizowane są dni otwarte, bezpłatne treningi czy inne wydarzenia tematyczne. Polacy mogą nieodpłatnie korzystać ze specjalnie zorganizowanych treningów rozsianych po całej Polsce, czy też wziąć udział w największym wydarzeniu akcji – w Warszawie, w pikniku na błoniach PGE Narodowego. Organizatorzy zapraszają szkoły, siłownie, kluby sportowe, orliki, centra sportu, ale też wszystkie inne organizacje, które chcą zorganizować tego dnia bezpłatny trening.

*W każdej edycji Narodowego Dnia Sportu bierze udział około 600 organizacji, które zostają naszymi partnerami. Treningi odbywają się w całej Polsce, nie tylko w największych miastach. Hrubieszów, Myszków, Brodnica, Chełm, Przemyśl, Strzebielin, Zgierz, Siedlce – to tylko niektóre z miejsc, w których co roku można wziąć udział w Narodowym Dniu Sportu – mówi Krystyna Radkowska, prezes Fundacji Zwalcz Nudę.*

## **Jak dołączyć do Narodowego Dnia Sportu jako partner?**

Aby dołączyć do Narodowego Dnia Sportu, trzeba wypełnić prosty formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie [www.narodowydziensportu.pl](http://www.narodowydziensportu.pl) – należy w nim podać informacje o planowanym treningu. To wystarczy, aby wziąć udział w wielkiej kampanii co roku przyciągającej około 350 tysięcy osób. Wielkim finałem wydarzenia jest piknik sportowo-rodzinny na błoniach PGE Narodowego w Warszawie, który w tym roku odbędzie się 17 września – to ponad 100 wystawców oraz 10 tysięcy odwiedzających w jednym miejscu! Narodowy Dzień Sportu wspierają również wielkie nazwiska polskiego sportu – przez 10 edycji ambasadorami wydarzenia byli m.in. Grzegorz Krychowiak, Hubert Hurkacz, Sławomir Szmal, Zbigniew Bródka,



Mariusz Czerkawski, Andrzej Supron, Joanna Hentka, Katarzyna Zillmann, Agnieszka Kobus-Zawajska czy Krzysztof Wilkomirski.

*Zachęcamy wszystkich chętnych, aby być z nami tego dnia. Narodowy Dzień Sportu to świetna okazja do zaangażowania się w wyjątkowe wydarzenie, które ma na celu zachęcanie naszego narodu do aktywności fizycznej. Widzimy, że ta idea jednoczy co roku branżę. Właściciele i dyrektorzy ośrodków sportowych z całego kraju dołączają kolejne wydarzenia, bo rozumieją powagę sytuacji i konieczność promocji sportu. Trudno o lepszą okazję niż Narodowy Dzień Sportu. Dołączcie do nas. Wspólnie przekonajmy Polki i Polaków do uprawiania sportu i rozpoczęcia zdrowego trybu życia! – dodaje Radkowska.*

Aby być zdrowym, trzeba być aktywnym i zdrowo się odżywiać!

Strategicznym partnerem Narodowego Dnia Sportu są od 2 lat polscy producenci warzyw i owoców. Podczas pikniku będziecie mogli odwiedzić specjalną strefę, w której czekać będą na Was producenci wielu gatunków, degustacje i pokazy kulinarne. Wspólnie połączymy aktywność fizyczną z odżywianiem. Przypomnimy dzieciom, że zdrowie zaczyna się w kuchni, każdy dzień od dobrego śniadania, a warzywa i owoce powinny stanowić połowę tego co jemy. Na pikniku w Warszawie odbędą się konsultacje z dietetykami, a dla najmłodszych animacje.

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

**Patroni medialni:**

TVP Sport  
Nasze Miasto  
NaTemat.pl  
dietetycy.org  
golfpl.com  
topgolf.pl  
FitRepublic.pl  
fightime.pl  
[www.sport.walbrzych.pl](http://www.sport.walbrzych.pl)



judoinfo.pl  
zeglarski.info  
Łódzki sport  
Katowicki sport  
Augustowski Portal Informacyjny  
Gazeta Współczesna  
Nasze Miasto Augustów  
Bydgoski Portal Internetowy  
Mój Bytom  
Tyna.info  
Tygodnik Nadwiślański  
Gazeta Miastecka  
Drawskie Strony Internetowe

**Patroni honorowi:**

Polski Komitet Olimpijski  
Polski Komitet Paraolimpijski  
Marszałek Województwa Podkarpackiego  
Marszałek Województwa Świętokrzyskiego  
Marszałek Województwa Małopolskiego  
Marszałek Województwa Wielkopolskiego  
Marszałek Województwa Kujawsko-pomorskiego  
Marszałek Województwa Dolnośląskiego  
Marszałek Województwa Śląskiego  
Marszałek Województwa Zachodniopomorskiego  
Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego  
Marszałek Województwa Podlaskiego  
Prezydent m.st. Warszawy  
Kuratorium Oświaty w Bydgoszczy  
Kuratorium Oświaty w Gorzowie Wielkopolskim  
Kuratorium Oświaty w Katowicach  
Kuratorium Oświaty w Kielcach  
Kuratorium Oświaty w Poznaniu  
Kuratorium Oświaty we Wrocławiu



## **Narodowy Dzień Sportu**

17 września, cała Polska

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

[www.narodowydziensportu.pl](http://www.narodowydziensportu.pl)

## **Kontakt dla mediów**

Aleksandra Stronkowska

[promocja@zwalcznude.pl](mailto:promocja@zwalcznude.pl)

tel. 665 590 237