

MINISTER ZDROWIA
Bartosz ARŁUKOWICZ
00-952 Warszawa, ul. Miodowa 15

Dot.: nowej ustawy o ogrodach w Polsce

SZANOWNY PANIE MINISTRZE

Aktywność fizyczna i jej wpływ na zdrowie człowieka

Aktywność fizyczna, odgrywa w naszym życiu ogromną rolę, Aktywny tryb życia, niesie ze sobą szereg korzyści. Osoby w sposób systematyczny aktywni fizycznie, nie tylko są szczuplejsze, lecz także, dzięki lepszemu dotlenieniu mózgu mają sprawniejszą pamięć i koncentrację. Szczególnie korzystny wpływ ma na nasze zdrowie, ruch na świeżym powietrzu a w naszym przypadku - to **aktywność na działce** w Rodzinnym Ogrodzie Działkowym.

Systematyczna aktywność fizyczna, to najskuteczniejszy i najtańszy sposób na uniknięcie wielu schorzeń. Siedzący tryb życia, wpływa w sposób niekorzystny, nie tylko na nasze samopoczucie, ale przede wszystkim na naszą kondycję. Dbając o aktywność fizyczną, sprawiamy, że jakość naszego życia jest lepsza. Ruch ma szczególnie korzystny wpływ na układ oddechowy, krwionośny oraz układ ruchu. Ponadto ruch usprawnia systemy kontrolujące przebieg procesów metabolicznych. Dzięki fizycznej aktywności, spada zawartość cholesterolu we krwi, co w dużym stopniu eliminuje ryzyko wystąpienia miażdżycy oraz zawału.

Aktywność fizyczna wywiera ponadto korzystny wpływ na naszą psychikę. Wysiłek fizyczny, jest najlepszą metodą zwalczania zmęczenia psychicznego.

Jednak wyniki wielu, prowadzonych w ostatnich **latach badań, pokazują, że zaledwie 10-20%** dorosłych Polaków regularnie uprawia sport. W ramach międzynarodowego projektu, pod nazwą Bridging East-West Health Gap, naukowcy badali aktywność fizyczną mieszkańców sześciu europejskich krajów, takich jak: Finlandia, Rosja, Hiszpania, Węgry, Polska i Niemcy. Wyniki pokazały ogromne zróżnicowanie, przy czym najgorzej wypadli **Polacy** i Węgrzy. Analiza odpowiedzi, jakich Polacy udzielali naukowcom na zadawane przez nich pytania wykazała, że aż **79,2%** naszego społeczeństwa prowadzi bierny tryb życia. **Aktywny tryb życia powinien prowadzić każdy z nas, niezależnie od wieku. Ruch wywiera bowiem zbawienny wpływ na funkcjonowanie naszego organizmu, dzięki czemu czujemy się lepiej.**

PANIE MINISTRZE

Na całym świecie Rządy poszczególnych krajów i instytucje społeczne, bardzo dużo pracują nad tym, ażeby **pobudzić aktywność fizyczną seniorów**. Człowiek aktywny z reguły jest bardziej samodzielny w życiu codziennym, jest bardziej użyteczny rodzinie, otoczeniu, i z tego wynika jest bardziej zdrowy i **mniej kosztuje dany kraj**. Systemy ochrony zdrowia prawie w każdym kraju, mają trudności w świadczeniu na bardzo wysokim poziomie usług zdrowotnych, z przyczyn technicznych, personalnych jak również ekonomicznych.

W naszym kraju mamy około **pięć milionów społeczeństwa aktywnego fizycznie** z uwagi że jest zaangażowanych w **uprawę działki** w ROD.

PANIE MINISTRZE

NIE DAJMY SZANS POLITYKOM NA ZMARNOWANIE NASZEGO DOROBKU NARODOWEGO W OCHRONIE ZDROWIA, PRZYRODY, EKOLOGI itd.

Prosimy Pana Ministra o zabranie głosu w sprawie dobroczynnego oddziaływania ogrodów w miastach. To są fabryki tlenu, miejsca wypoczynku, aktywności fizycznej, oazy ochłody blokowisk, zdrowej żywności itd. Tylko **bliskość ogrodów w mieście daje szansę na korzystanie z nich przez osoby starsze**. To jest konkretna **pomoc ze strony Polskiego Związku Działkowców dla Pana Ministerstwa i prosimy o zadośćuczynienie**.

W ostatnich latach, bardzo duże środki finansowe, Państwo nasze ponosi na budowę ścieżek rowerowych, które też służą aktywności – i bardzo dobrze. Za zasadzanie gruntów nowymi lasami, rolnicy otrzymują określone wysokie środki. My w miastach w naszych ogrodach mamy przeszło **35 tysięcy hektarów różnorodnej zieleni i drzew** które zabezpieczają miasta w tlen. Nikt nas nie wynagradza. **My się nie domagamy wynagrodzenia. Ale to nareszcie trzeba docenić pracę działkowców na rzecz całego społeczeństwa.**

Planowe niszczenie ogrodów w Polsce jest po prostu barbarzyństwem z bardzo wielu względów. **Liczymy na Pana Ministra**, że przekona Pan niezdecydowanych Panów Posłów w słusznej a dotyczącej nasz wszystkich sprawie, tj. **zatwierdzenia obywatelskiego projektu ustawy o ogrodach**. Tego oczekują działkowcy z naszego Szczecińskiego Okręgu, Polskiego Związku Działkowców.

Z wyrazami poważania pozostają

V-ce Prezes
Okręgowego Zarządu PZD
w Szczecinie


inż. Józef Romanowski

Prezes
Okręgowego Zarządu PZD
w Szczecinie


mgr Tadeusz Jarzębak

Szczecin 2013-02-03

otrzymują:

Sejm RP
Prezydent RP
Premier RP
Prezes PZD