# Podujatie Zašportuj si o dušu upozorňuje na potrebu vytvárať podpornú sieť pre ľudí, ktorí riešia otázku duševného zdravia

Bratislavská arcidiecézna charita zorganizovala dnes športový deň, ktorý spojil odborníkov na duševné zdravie s klientmi z rôznych združení a stacionárov. Na podujatí s názvom „Zašportuj si o dušu!“ sa zišlo približne 60 ľudí. Okrem klientov DSS a RS Samária, ktoré patrí pod BACH, aj pracovníci a klienti DSS MOST, n.o, z Petržalky, OZ Krídla, denných psychiatrických stacionárov z UNB Staré Mesto a Hestia z Podunajských Biskupíc, ako aj OZ Sofia, ktoré združuje občanov so skúsenosťou s duševným ochorením.

***„Toto je už 4. ročník športového dňa a teší ma, že máme rekordnú účasť. Naším cieľom je vytvárať podpornú sieť pre ľudí, ktorí riešia otázku duševného zdravia, a tiež upozorniť na spojitosť fyzickej kondície s duševnou,“*** vraví sociálna pracovníčka DSS a RS Samária Bratislavskej arcidiecéznej charity Zina Halašková.

Športový deň sa uskutočnil v areáli Saleziánov na Trnávke v Bratislave. Ľudia so skúsenosťou s duševnými ochoreniami súťažili vo futbale a stolnom tenise.

***„Mám rád pohyb, dnes som si zahral stolný tenis a vyhral som. Dokážem sa tu perfektne odreagovať a úplne zabudnúť na chorobu,“*** uviedol jeden z klientov DSS a RS Samária, Peter. ***„Človek si zašportuje v prostredí, kde o nič nejde, prinúti sa podať výkon, spozná svoje limity. Zároveň precíti sám seba, čo je skvelé,“*** vyznal sa jeden z klientov DSS MOST. ***„Pre mňa sú to najmä stretnutie s kamarátmi, chodím sem každý rok. Pomáha mi to lepšie sa cítiť, vlastne všetky podobné aktivity prispeli k tomu, že som už naozaj dlho nebolo v nemocnici,“*** povedala Katka z OZ Sofia.

***„Nám dnes nešlo o výsledky, vyhrali všetci, ktorí prišli. Chceli sme hlavne poukázať na dôležitosť prepojenia zdravotného sektora so sociálnym, navzájom sa spoznať, aby sme o sebe vedeli a mohli poskytovať, všetkým, ktorí to potrebujú relevantné informácie o možnostiach pomoci, ktorá je v dosahu,“*** uzavrela Zina Halašková.

Počet ľudí s duševnými ochoreniami na Slovensku rastie, a to nielen v absolútnych číslach, ale aj v percentách populácie. Podľa posledných údajov na Slovensku trpí duševnými chorobami vyše 850 000 ľudí.