

¹Klub "Reuma" ♦ Hrvatska liga protiv reumatizma ♦ Našice
²Opća bolnica Našice ♦ Našice

FITNESSOM DO ZDRAVLJA - PRIMJER KLUBA "REUMA" NAŠICE

Antun Jović¹ ♦ Hrvoje Šimić²

Klub "Reuma" iz Našica, Hrvatske lige protiv reumatizma provodi bogate aktivnosti sa ciljem edukacije bolesnika s reumatskim bolestima i promoviranjem zdravih životnih navika. Svrha je da oboljeli postane aktivan sudionik u liječenju svoje bolesti i što boljem

funkcioniranju u svakodnevnim aktivnostima. Osim organiziranih brojnih predavanja stručnjaka, jedna od najvrednijih naših aktivnosti je provođenje ciljane fizičke aktivnosti, kao jednog od najvažnijih elemenata boljitka zdravlja.

U cilju organizacije takvih aktivnosti klub "Reuma" se obratio fitness klubu "NAC" koji djeluje u sklopu jedne od članica "NEXE grupe". U razgovoru s predsjednikom Uprave "Nexe grupe" dipl. ing. Ivanom Ergovićem postignut je dogovor o donaciji, te sponzorstvu fitness kluba "NAC", koji našim članovima ustupa svoje prostorije. Specijalist-fizijatar dr. Hrvoje Šimić preuzeo je stručno vodstvo, jer mora se imati na umu da je riječ o specifičnoj skupini ljudi, a ne o običnim rekreativcima. Prije početka provedbe projekta razgovarali smo s našim članovima koji su ispunili upitnik te obaviti kli-

nički pregled, pa je tako dobiven uvid u dijagnozu i problematiku svakog od članova. Program vježbanja sastavio je dr. Šimić s voditeljem fitness-centra. S voditeljima su usuglašeni principi pravilnoga izvođenja vježbi i doziranje kako ne bi bilo neželjenih posljedica. Iako smo u početku bili doista sumnjičavi u ishod projekta s obzirom na populaciju i njihove probleme, nakon ozbiljnog rada i redovitih dolazaka aktivnih članova, nakon gotovo 2 godine rada može se reći da se projekt uspio. Klub "Reuma" iz Našica nastavlja raditi za dobrobit svojih članova i građana.