

Uvod u temu tjelesna aktivnost (Introduction to the Subject of Physical Activity)

Tomislav Benjak

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Poštovani sadašnji i budući autori i suradnici Hrvatskog časopisa za javno zdravstvo,

Prije svega posebna mi je čast najaviti novu temu u Hrvatskom časopisu za javno zdravstvo: Tjelesna aktivnost. Ovim putem bih se i zahvalio članovima glavnog uredništva časopisa na ukazanom povjerenju u pogledu koordiniranja i vođenja ove vrlo važne teme.

Kada sam započinjao specijalizaciju iz javnog zdravstva maštao sam o tome kako bi bilo lijepo doći u poziciju skretati pozornost, stanovnicima Zagreba i šire, na važnost tjelesne aktivnosti u svakodnevnom životu propagirajući biciklizam, planinarenje, plivanje, hodanje, metode relaksacije...

Cijeli svoj život sam, aktivno ili kao liječnik na sportskim terenima vezan za sport, te smatram da sam osoba koja želi i može puno napraviti na području promocije tjelesne aktivnosti, ne samo kroz jednokratne akcije, na određene datume, već kroz kontinuiran rad sa populacijom.

Tijekom fakulteta susretao sam veliki broj kolega koje su bile uključene u neku od sportskih sekcija. Liječnici su uvijek bili dobri sportaši te u njima vidim suradnike za javnozdravstveni pokret kojim ćemo kontinuirano i «doživotno» podučavati, animirati i osiguravati uvijete stanovnicima da se kreću i budu tjelesno aktivni. Pozivam i kolege svih ostalih struka koji imaju želje i entuzijazma da zajedno, teoretskim i praktičnim putem, povećamo kvalitetu života stanovnicima Hrvatske. Za «uzvrat» će se oni trebati samo kretati i širiti doživljaje susjedima.

Za početak bih bio sretan da se, uredništvo časopisa i svi koji to žele, nađemo i «opalimo» jednu rekreativnu turu na Sljeme. Pomozimo Plivi, Metrou, DM-u itd. u nastojanju da šire svijest o važnosti tjelesne aktivnosti.

Sportski pozdrav,

Dr.med.Tomislav Benjak, specijalist javnog zdravstva

Kontakt adresa:
tomislav.benjak@hzjz.hr