



Valsts prezidentes apsveikuma vārdi Pasaules veselības dienai veltītā skrējiena atklāšanā, Rīgā, 2002.gada 7.aprīlī

Publicēts pirms vairāk nekā 23 gadiem

Publicēts: 07.04.2002.

Jūsu ekselence ministra kungs, dāmas un kungi! Es sveicu Jūs šajā brīnišķīgajā rītā, un novēlu visiem dalībniekiem jauki pavadīt šo dienu, vēlū gūt lielu gandarījumu par piedalīšanos, bet visvairāk par visu – lai katrs dalībnieks aiznestu sev līdzīgu to labsajūtu, ko guvis un baudījis šajā īpašajā pasākumā, uzmundrinātu sevi, mainītu uz labo pusi savu dzīves stilu. Ļoti viegli ir ļaudim ieslīgt sliktos paradumos, it īpaši pilsētā, kur daudziem darbs pāriet, garas stundas sēžot vai stāvēt uz vietas. Tad, pārnākot mājās, ir nogurums, un šķiet, ka atpūtai vajadzētu tikai nosēsties pie televizora vai izstiepties uz dīvāna, iedzert kādu alīnu vai uzsmēķēt cigareti. Tas nu nav tas labākais risinājums. Labāka pašsajūta noteikti būs tiem, kas izies pastaigā, apskries kādu loku vai atradīs ko citu derīgu. Tam nav jābūt kaut kam, kas prasa dārgus līdzekļus, ekipējumu un īpašas dārgas drēbes. Ir iespējams atrast veidu, kā ieviest savā dzīvē veselīgu kustību bez lieliem naudas līdzekļiem. Tas ir gribas jautājums, tas ir jautājums katram pašam padomāt par savu nākotni. Es novēlu, lai šis skrējien ar katru gadu kļūtu kuplāks, un, kas zina, varbūt kādu dienu mums varētu būt šeit tikpat daudz cilvēku kā Bostonas maratona skrējienā. Katrā ziņā būtu jauki, ja ne tikai Rīgā, bet arī visur citur Latvijā šajā Pasaules veselības dienā notiktu šādi skrējieni vai pastaigas tiem, kas uz skriešanu nav gatavi. Lai šī diena kļūtu visiem par atgādinājumu, ka mēs varam būt veselīgāki, stiprāki, un mums var būt labāka pašsajūta. Novēlu Jums visiem jauku svētdienu, jauku kustēšanos un vingrošanu visa nākamā gada garumā.

Saistītas tēmas

[Vaira Vīķe-Freiberga](#)

<https://www.president.lv/lv/jaunums/valsts-prezidentes-apsveikuma-vardi-pasaules-veselibas-dienai-veltita-skrejiena-atklasana-riga-2002gada-7aprili-0>