



De 1 iunie, sub deviza „Vreau să cresc sănătos”

# La Gruiu, Ziua Internațională a Copiilor a fost sărbătorită cu activități educative și mult sport

Sâmbătă, 1 Iunie 2024, copiii din comuna Gruiu și-au sărbătorit ziua într-un mod de neuitat, la un eveniment special dedicat lor, organizat de primărie în parteneriat cu Consiliul Județean Ilfov și Centrul Județean pentru Cultură Ilfov. Locația aleasă pentru sărbătoarea a fost stadionul comunei Gruiu, situat în apropierea grădiniței cu program prelungit Chiț - Chiț, un spațiu perfect pentru un obiectiv nobil: Ziua Copilului, sărbătorită și prin educarea pentru un stil de viață sănătos.

Sub deviza „Vreau să cresc sănătos”, programul de combatere a obezității infantile și educarea copiilor pentru un stil de viață sănătos, promovat de echipa Academiei de Sport și Nutriție „Alexander Florescu”, Ziua Copilului, la Gruiu, a avut o componentă educativă, susținută cu foarte mult sport și muzică, deoarece s-a desfășurat cu o multitudine de activități menite să promoveze sănătatea și bucuria copilăriei. Micuții sărbătorii de 1 iunie s-au bucurat de concursuri, workshop-uri de nutriție, ateliere de creație, face painting și multe alte surprize care au făcut deliciul înțregii zile.



## Invitați foarte îndrăgiți de cei mici

„De Ziua Copilului, la Gruiu, alături de echipa ASNAF, au fost Gianni Kiriță, vloggerul Mitzuu, clownul Cristiano de la Circul Metropolitan, Ansamblul Gruianca, Selim

the Kid, campionul RFX Meko Selim, DJ Christian Staymaier, la o nouă etapă din cadrul programului de combatere a obezității infantile „Vreau să cresc sănătos”. Am avut workshop de nutriție condus de Sergiu Cojanu, atelier de creație, atelier de facepainting, concursuri

sportive și premii pe măsură”, ne-a spus instructorul de fitness Alexander Florescu, președintele ASNAF.

Atmosfera a fost încărcată de energie pozitivă și veselie, iar copiii au avut parte de momente de neuitat alături de aceste personalități dragi.

## Sănătate prin mișcare

Evenimentul a fost un prilej de bucurie și prietenie, aducând împreună copiii, părinții și întreaga comunitate locală într-o zi de sărbătoare și distracție.

„Ziua copilului nu în-

seamnă doar mâncat nesănătos și liber la absolut tot ce este nociv. Vrem ca ziua de 1 iunie să fie o zi unică prin care copiii să aibă parte de activități sănătoase și mai ales foarte mult sport. La workshop-urile de nutriție, copiii învață cum să mănânce corect, cum să combi-



ne alimentele pe care le găsim în frigiderul lor și cum ar trebui să le arate farfuria la fiecare masă”, a spus Alexander Florescu.

Reamintim că proiectul „Vreau să fiu sănătos”, inițiat de Alexander Florescu, este un program pilot, care a fost lansat anul trecut și este adresat copiilor cu vârste între 6 și 15 ani, identificați cu probleme ponderale, din sectorul 2 și județul Ilfov. Programul lansat de Asociația pentru Sport și Nutriție „Alexander Florescu” desfășoară activități de tip afterschool pentru copiii înscrși, conștând

în sport și nutriție sănătoasă, sub supravegherea medicilor, psihologilor, antrenorilor de la UNEFS și Futura Gym, ajutați inclusiv de bucătarii celebri care îi învață pe părinți că mâncarea sănătoasă este la fel de accesibilă copiilor ca și junk food-ul.

Gianni Kiriță ne-a spus la rândul său că susține programul „Vreau să cresc sănătos”, subliniind importanța sportului pentru cei mici. „De aceea, de câte ori sunt chemat la un eveniment sub această deviză, vin cu foarte mare drag pentru că, așa cum este și cazul sărbăto-

rii de la Gruiu, vreau să îi mobilizez pe copii să facă puțină mișcare. Ziua de 1 iunie este un prilej foarte bun de a-i face pe părinți să înțeleagă că le pot oferi copiilor și darul de a face sport. Părinții trebuie să îi aducă pe copii să facă sport. Copiii pot începe să facă sport și de la vârsta de trei - patru ani, trebuie să se bucure de sport, nu contează că e fotbal, tenis, handbal, baschet. Sportul este un altfel de cadou pe care părinții îl pot face copiilor lor! De aceea suntem aici, să îi îndemnăm să facă sport”, a mai spus Gianni Kiriță.



Pentru că obezitatea infantilă a fost declarată de Organizația Mondială a Sănătății boală pandemică, iar România ocupă primul loc în Europa, Alexander Florescu și-a propus prin proiectul său să îi învețe pe copii să se alimenteze sănătos, pentru că de sănătatea copiilor noștri depind sănătatea și viitorul României.

„La mulți ani, copii! Astăzi voi sunteți șefii noștri, pentru voi am făcut totul. Vă mulțumesc că ați venit în număr așa de mare la acest eveniment”, a spus primarul comunei Ion Samoilă, exprimându-și și bucuria de a premia două eleve olimpice, din Gruiu, cu suma de 1.500 de lei pentru fiecare. „Vreau ca la anul să mă lăsați lefter”, a adăugat cu umor edi-

lul, îndemnând astfel elevii din Gruiu să obțină cât mai multe performanțe școlare.

Viceprimarul George Ghiulea le-a urat la rândul său copiilor la mulți ani, i-a îndemnat să se distreze cât mai mult la evenimentul organizat în cinstea lor și să se bucure de copilărie.

## „Să vă bucurați de copilărie!”

„Ziua de 1 iunie trebuie să fie o zi plină de veselie și bucurie, în care sărbătorim copilăria și toate momentele minunate pe care le trăim împreună. Este o onoare și o bucurie pentru mine să vă transmitem cele mai calde urări de bine și să vă asigur că sunteți, și veți fi mereu, în centrul atenției noastre. Ne-am străduit să organizăm pentru voi un eveniment special, în colaborare cu Consiliul Județean Ilfov și Centrul Județean pentru Cultură Ilfov, pentru a vă oferi o zi plină de surprize și activități captivante. Sub deviza „Vreau să cresc sănătos”, ne dorim să învățați cât de important este să aveți grijă de sănătatea voastră, dar și să vă bucurați de copilărie, să fiți creativi și să vă distrați din plin. Fiecare dintre voi are un loc special în comunitatea noastră și ne dorim să creșteți fericiți, sănătoși și plini de speranță. Voi sunteți viitorul nostru, iar noi suntem aici pentru a vă sprijini și a vă oferi cele mai bune condiții pentru a vă dezvolta. La mulți ani, dragii copii!”, a mai transmis primarul Ion Samoilă.