
POHYB SPOJUJE | PODZIM

POHYB SPOJUJE | SPORT UNITES | 7. 10. 2025



Letošní rok **POHYB SPOJUJE | SPORT UNITES** podpoříme děti a dospělé s fenylketonurií. **Fenylketonurie** (zkráceně PKU) je vzácná genetická metabolická porucha, při které tělo pacientů nedokáže řádně zpracovávat aminokyselinu fenylalanin obsaženou v bílkovině. Aby pacienti mohli žít plnohodnotný život, musí dodržovat velice striktní nízkobílkovinnou dietu, a to celoživotně a bez výjimek. Tato dieta je na celý život, je velice omezující, nákladná a pacienti nemohou jíst takřka nic z běžně dostupných potravin.

Aktivita Národního sdružení PKU a jiných DMP můžete podpořit jakoukoliv částkou prostřednictvím finančního příspěvku na jejich transparentní účet.



A protože nás v únoru 2026 čekají XXV. zimní olympijské hry, trasa povede z **Prahy do italského Milána na stadion San Siro**, kde proběhne slavnostní zahájení her, a zpět. Minimálně bychom chtěli společně dohromady překonat vzdálenost **1 628 km**. Těšíme se na vás v úterý 7. října od 14:00 do 17:00 hodin na pražském Veleslavíně.

Od 13:00 do 14:00 se uskuteční „**děkanská výzva**“ ve shybech určená pro všechny zaměstnankyně, zaměstnance, studentky a studenty fakulty. Pravidla jsou stanovena následovně:

- Počítají se shyby nadhmatem.
- Cvičení nesmí být přerušeno – odpočinek mezi jednotlivými shyby není delší než tři vteřiny.
- Počítá se maximální výkon.
- Výkon musí být zdokumentován – tj. natočen formou videa.
- Minimální počet shybů jako kvalifikační limit do této soutěže je 5 shybů u žen a 10 shybů u mužů.
- Do finále postupuje **prvních pět** v každé kategorii – tj. zaměstnankyně, zaměstnanci, studentky, studenti.

Účastníci děkanské výzvy mohou své závazky, postupné plnění a zlepšení sdílet na sociálních sítích (FB, IG) a přidávat fakultní účty, aby je přesdílely. Přihlašujte se přes sociální síť fakulty, teamsy či e-mail: vnejsivztahy@ftvs.cuni.cz. Ve stejný den bude na fakultě probíhat také studentská akce **FTVSLOW** — Módní výplach šatníku, která ukáže, že i móda může být udržitelná a zábavná. V atriu fakulty se otevře swap oblečení, kde si každý může přinést kousek ze svého šatníku, který už nenosí, a odnést si nový. Součástí programu bude workshop šití a upcyklace oblečení i háčkování, kde si můžete vytvořit originální doplněk. Samozřejmostí je příjemná atmosféra s kávou a občerstvením. Celá akce vyvrcholí v **17:30 MÓDNÍ PŘEHLÍDKOU**, kde studenti předvedou, že i z odložených kousků může vzniknout jedinečný outfit.

Chceš se dozvědět víc?

Partneři akce: Decathlon, Rock Point, KPMG, Mattoni, Český paralympijský výbor a Cesta za snem

Od roku 2025 jsme se rozhodli používat různé názvy pro naše fakultní podzimní a jarní charitativně-sportovní akce. Na jaře budeme pořádát akci pod názvem **HŘEJE MĚ POHYB | MOTION BRINGS ME JOY AND WARMTH**. Podzimní událost, která vždy zahajuje akademický rok, bude mít nově název **POHYB SPOJUJE | SPORT UNITES**. Účel ale zůstává stejný - podpořit pohybové aktivity, sport, projekty, organizace či aktivity a také integraci různých skupin do většinové společnosti prostřednictvím pohybu (běhu či chůze) na atletickém oválu naší fakulty.