

Sztárok a mellrák ellen – Egészség Hídja

2009. október 4.

Rózsaszínre világított Lánchíd, lufik, sokaság, Egészség Nap, sztárok, tudományos konferencia - mind együtt hívják fel figyelmünket, hogy tegyünk a mellrák ellen!

Október világszerte a mellrák elleni küzdelem hónapja. Hazánkban az Egészség Hídja Összefogás Egyesület szervezésében a Lánchíd és az MTA környéke immár nyolcadik alkalommal népesül be október első vasárnapján, azért, hogy a látványos programokkal felhívják a nemes ügyre a figyelmet.

Aki október 4-én kilátogat a Lánchíd pesti hídfőjéhez, az minden órában újabb és újabb meglepetéssel találkozik a színpadon.

A Világ zene órájában 15.30-tól a Vaga Banda jelmezes felvonulását követi a Sheket - klezmer koncertje, majd a Besh o drom fellépése.

17 órától a Tánc órájában Detre Diána világhírű szörfőssel történő beszélgetés után Erica C dance showját láthatjuk, majd Vámos Veronika flamenco előadása következik, és a blokkot Ataru Taiko japán dob-showja zárja.

A Jazz órájában Szalóki Ági előadását követi a Légierő zenekar. 19 órakor a Nagyszínpadon a Sztárok órája igazi meglepetéseket tartogat: Barbee, Komonyi Zsuzsi, Sárközi Anita, Pál Tamás, Groovehouse, Keresztes Ildikó, Péter Szabó Szilvia után a Presidance táncegyüttes lép színpadra.

20.30 kor pedig a Rózsaszínre világított Lánchídon a Légierő zenekar vezetésével vonul át a sokaság, hogy felhívja a figyelmet: az időben felismert mellrák gyógyítható!

A nap folyamán az MTA előtti területen szűrésekkel, orvosi tanácsadással, egészséges életmóddal kapcsolatos hasznos információkkal találkozhatnak az érdeklődők.

www.egeszseghid.hu

Számos sztár és neves együttes csatlakozott az Egészség Hídja kezdeményezéséhez az idén. A velük készült interjúkat tartalmazza a mellékelt anyag.

Barbee



Szeretnék egy kis jókedvet varázsolni az emberek arcára a fellépésemmel, valamint megmutatni, hogy a zene mennyire jó hangulatot tud teremteni:-)

Milyen meglepetést tartogat számunkra idén ősszel?

A tervek szerint október második felében jelenik meg a hatodik videoklipem, amely a Popsztár című dalhoz készült illetve több helyen is fellépések októberben. Egyenlőre ezekre a feladatokra készülök. Életem első könyvének megírásának is a végén járok, aminek hamarosan megjelenik. November végétől pedig az új dalaimon kezdünk dolgozni a stúdióban.

Az Egészség Hídja Összefogás Egyesület idén nyolcadik alkalommal rendezi meg a Rózsaszín Lánchídi Sétát, amelynek célja, hogy minél több ember figyelmét felhívják a mellrák elleni küzdelem fontosságára. Miért tartja fontosnak, hogy részt vállaljanak ebben a kezdeményezésben?

Számomra mindig nagyon fontos volt az egészség, akár a családom akár a saját magam érdekeiről beszélünk, hiszen egy egészséges ember már félsiker. Úgy jobb a közérzetünk is és könnyebben sikerülhet minden, a nők tekintetében pedig a mellrák az amire úgy gondolom, hogy különösképpen figyelniünk kell, nehogy kialakuljon, illetve ha kialakult akkor sikerüljön leküzdeni. Ehhez viszont nagyon sok akaraterő és kitartás kell és azzal, hogy részt veszek ebben a kezdeményezésben szeretnék egy kis erőt adni másoknak.

Ön mit tesz egészsége érdekében?

Sajnos a sportokra nem jut sok időm, de ha tehetem tornázom, illetve gyakran kerékpározom. Ha erre nem jut időm, leginkább megpróbálok egészségesen étkezni és kerülni a káros dolgokat, amik veszélyeztethetik a szervezetemet.

Mire szeretné felhívni a figyelmet a mostani fellépéssel?

Főként a kitartásra és az akaraterőre. Essen szó egy betegségről vagy akár egy kitűzött célról az életben, minden helyen és helyzetben erre a két dologra szüksége van az embernek ahhoz, hogy sikert érjen el és átlépje azt a bizonyos célvonalat.

Pál Tamás



„Az idei számomra már az ötödik alkalom, hogy szerepelek a sztárfellépők között, ráadásul nem először egyedüli férfielőadóként.”

Hol és milyen produkcióval találkozhatunk Önnel legközelebb?

Novemberben 2 év kihagyás után újra játszom színpadon, egy nagyszerű Neil Simon vígjátékban láthat majd a közönség a Vörösmarty Művelődési Házban, ennek próbái most folynak. Énekelni majd ősszel egy musical-műsorban fogok, emellett szinkronhangként számos mozi- és tv-filmben, sorozatban hallhatnak a vajtább fülűek.

Miért tartja fontosnak, hogy részt vállaljanak az Egészség Hídja Összefogás Egyesület által szervezett kezdeményezésben?

Olyan társadalomban élünk, amely bár lehet, hogy férfiközpontú, mégsem az – minden sikeres férfi mögött egy nő áll. Ők az életünk biztos pontjai, fogózkodói, ezért nincs annyi figyelem, amely elég lenne számukra tőlünk, férfiktól. De az is fontos, hogy ők maguk is figyeljenek saját testükre, és rendszeresen eljárjanak szűrővizsgálatokra. Hiszek a megelőzésben, kifizetődőbb, mint az utólagos kezelés, kevesebb szenvedéssel jár, és persze olcsóbb is. Ennek fontosságára is szeretném, ha felfigyelnének az emberek, mert ma Magyarországon az emberek még kevésbé látják, hogy a prevenciónak hosszabb távon több értelme van.

Ön ezek szerint akkor tudatosan odafigyel az egészségére?

Figyelek az étkezésemmre, edzőterembe járok futni és erősíteni, szoktam úszni és kerékpározni, sőt, néha még görkorcsolyázni is.

.