

Evelin Ilves andis täna avalöögi Eesti Tervise Fondi ja meie kaitseväge ühisprojektile "Mehed vormi", mis algas Audentese spordihallis, kus võistlustules olid tuntud Eesti inimesed, kes tegid kehalisi katseid, õhutades nii mehi elama tervislikumalt ja olema tervemad.

Evelin Ilves tänas osalejaid, kes projekti "Mehed vormi" tänase avaürituse raames tulid Audentese spordihalli head eeskuju näitama: "Te inspireerite kõiki liikuma."

Evelin Ilves nimetas kurvastavaks uuringute tulemust, et meie lapsed liiguvad aasta-aastalt üha vähem.

"Liikumine vahetatakse ikka enam istumise vastu, olgu siis selleks internetis veedetud aeg või televiisori vaatamine. Eesti laste liikumisharjumuste näitajad järjest halvenevad ja see on tõsine probleem. Juba lapseeas peaks tekkima harjumus ja soov liikuda, siis on ka täiskasvanuna lihtsam füüsilist aktiivsust hoida," ütles ta.

Avaüritusel osalesid teiste seas näitleja ja laulja Lauri Liiv, poliitikud Rainer Vakra, Indrek Saar, Remo Holsmer, Rannar Vassiljev ja Tiit Terik, TV3 populaarse telesarja "Padjaklubi" näitleja Kristel Aaslaid, näitleja Marilyn Jurman ning laulja Helen Adamson, tuntud saatejuhid Hannes Hermaküla, Olaf Suuder, ettevõtjad Jaanus Treilmann ja Indrek Kask.

Terviseprogrammi "Mehed vormi" eesmärgiks on edendada Eesti meeste tervist ning juhtida tähelepanu liikumisaktiivsuse olulisusele. Jaanuarist mai lõpuni kestvast kampaaniast on oodatud osa võtma kõik vähemalt 15-aastased mehed ja naised, kes soovivad enda füüsilist vormi testida ja parandada.

Programmis osalemiseks tuleb sooritada kehaliste võimete test, mis koosneb kahe minuti jooksul tehtavatest kätekõverdustest, kahe minuti jooksul tehtavatest istesse tõusudest ja 3200 meetri jooksust. Jooksmise võib asendada 500 meetri ujumisega vabalt või rinnuli stiilis, 20 kilomeetri maanteeratta sõiduga või 10 kilomeetri murdmaasuusatamisega klassikalises stiilis.

Enda tulemused on võimalik kirja panna programmi kodulehel [www.mehedvormi.ee](http://www.mehedvormi.ee) , kus kalkulaator arvutab vastavalt osaleja soole ja vanusele saadud tulemuste punktisumma. Enda tulemust on võimalik parandada 31. maini.

Vabariigi Presidendi Kantselei  
avalike suhete osakond  
tel 631 6229