

# MEMORY WALK – KORAK ZA PAMĆENJE

Ninoslav Mimica<sup>1,2,4</sup>, Goran Šimić<sup>2,4</sup>, Nataša Klepac<sup>3,4</sup>, Nevenka Mimica<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Klinika za psihijatriju Vrapče, Bolnička cesta 32, HR-10090 Zagreb

<sup>2</sup>Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Šalata 3, HR-10000 Zagreb

<sup>3</sup>Neurološka klinika KBC Zagreb, Rebro, Kišpatićeva 12, HR-10000 Zagreb

<sup>4</sup>Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest, Vlaška 24, HR-10000 Zagreb

*ninoslav.mimica@bolnica-vrapce.hr*

Alzheimerova bolest (AB) svugdje u svijetu, pa tako i kod nas, u većoj ili manjoj mjeri, donosi određenu stigm, prvenstveno zbog nepoznavanja merituma stvari, ali i zbog brojnih predrasuda. Protiv stigme se možemo boriti na različite načine, prvenstveno edukacijom i podizanjem svjesnosti, a isto možemo provoditi kroz brojne vidove aktivnosti. Javne tribine, popularni napisi o AB, kulturno-umjetnička događanja, sportski susreti – sve su to samo neke od mogućnosti kroz koje se može djelovati. U proteklih 15 godina rada brojni volonteri Hrvatske udruge za Alzheimerovu bolest osmišljavali su različite akcije u tu svrhu, a ove godine će se po prvi puta u Hrvatskoj, održati tzv. Memory Walk i to na više mjesta, i u različitim danima. U Zagrebu i Pakracu pod nazivom „Šetnja za sjećanje“, a u Brelima pod nazivom „Korak za pamćenje“.

Ovo okupljanje većeg broja ljudi na javnom mjestu, po mogućnosti prepoznatljivo odjevenih, posvećeno jednom cilju, uz prigodne parole i javne govore, nastojati će kroz sam taj događaj ali i kroz njegovo medijsko praćenje, upozoriti pučanstvo, baš kao i prethodno spomenute akcije, na postojanje Alzheimerove bolesti i potrebu da se olakša život i oboljelima i njihovim njegovateljima. Kroz simboličku poruku „KORAK ZA PAMĆENJE – Aktivno protiv demencije“, promovira se umjerena fizička aktivnost, kao djelotvorna mjera u smanjenju rizika pojave demencije.



Zasigurno, kao što je to bilo i u drugim zemljama, kada jednom prohodamo onda ćemo i nastaviti koračati ususret zdravijem i kvalitetnijem životu, maštajući o Svijetu bez demencije.