

SEZNAM AKTIVNOSTI ČLANIC MREŽE NVO 25X25 OB SVETOVNEM DNEVU ZDRAVJA 2014

Društvo Šola zdravja

prisrčno vabi vse občane in občanke, otroke, mladostnike in starejše v soboto, **29. marca 2014** od 8. do 14. ure na medgeneracijsko druženje:

Domžalski športni direndaj!

Vabljeni na športno rekreativno dopoldne s prikazom različnih gibalnih aktivnosti za vse generacije. Program vsebuje polurno telovadbo »1000 gibov« (ob 8., 9. ali 10. uri) v Športnem parku Domžale (košarkarsko igrišče). Pohod, ki se začne po telovadbi, bo po sprehajalni poti ob Kamniški Bistrici od Ihana do Radomelj z desetimi animatorskimi postajami.

Društvo Zdravi in vitalni

pripravljamo nekaj aktivnosti za dan zdravja, izvajali jih bodo v nedeljo, 6. 4. in ponedeljek 7. 4. 2014 v prostorih društva Zdravi in vitalni, na Razgledni ul. 9, Koper.

1. zdravniško predavanje s temo Antioksidanti iz domačega vrta
 2. Nordijska hoja, demonstracija pravilne tehnike in poskus te tehnike vseh udeležениh
 3. Tibetanske vaje, demonstracija in poskus
- Demonstracijo vadb bomo ponovili večkrat.

Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije

- 1. april ob 16. uri: pohod po Srčni poti Becel po Golovcu (start je na Rakovniku, ob nogometnem igrišču Krim)
- 2. april ob 17. uri: predavanje »Srce in stres«, Jaka Henigman, specializant, psihoterapevt, predavalnica Krke, Dunajska 65, v Ljubljani
- 6. april: od 11.00 do 15.00: meritve krvnega tlaka, holesterola in glukoze na Rožniku pod pokroviteljstvom podjetja Unilever, d.d.
- 7. april od 9. do 12. ure : Svetovni dan zdravja v Posvetovalnici Za srce, Cigaletova 9, v Ljubljani
- 9. april ob 17. uri: Gorenjska podružnica za zdravje srca in ožilja bo ob Svetovnem dnevu zdravja na Jezerskem pripravila meritve najpogostejših dejavnikov tveganja, o svojem zdravju pa se bodo udeleženci pogovorili z zdravnico. Dogodek Storimo skupaj več za svoje zdravje bo potekal v dvorani Kulturnega doma na Jezerskem.
- 10. april ob 16. uri: pohod na Rožnik (start pred Halo Tivoli. Pohod poteka skozi park Tivoli, na Rožnik in nazaj do Hale Tivoli)

Društvo za zdravje srca in ožilja Pomurja soorganizator nacionalne prireditve ob svetovnem dnevu zdravja. Prireditve bo v nedeljo 6.4.2014 ob 14.30 uri na Otoku ljubezni v Ižakovcih, občina Beltinci. Organizator prireditve je Nacionalni inštitut za javno zdravje.

Koronarni klub Mežiške doline in Občina Ravne

PROGRAM PRIREDITEV v *Tednu za naše zdravje in Svetovnem dnevu zdravja-april 2014*

- SOBOTA 5.4.2014: 'Srečanje za AED', na Osnovni šoli Koroški jeklarji na Ravnah ob 9. uri v Zeleni dvorani. Pogovarjali se bomo o izkušnjah Slovenske in Avstrijske koroše pri širitvi mreže AED in usposabljanju za uporabo ter skupaj z Inicivo za AED iskali usmeritve v naprej.
- PONEDELJEK 7.4.2014: 'Predstitev socialno-zdravstvenih nevladnih organizacij', ob 10. uri na Tržnici Ravne. Predstavljali bomo svoje delovanje, izvajali meritve, se pogovarjali z zainteresiranimi itd.
- TOREK 8.4.2014: 'Prepoznavna srčnega zastoja, masaža srčne mišice in uporaba AED za odrasle', ob 18. uri v Kulturnem centru Ravne.
- SREDA 9.4.2014: 'Skrb za zdravje v mladosti je poplačana v starosti', predavanje dr. Andreje Cokan Vujkovic, ob 13. uri v Kulturnem centru Ravne, za ravenske gimnazijce.
- SREDA 9.4.2014: 'Z živahno hojo in gibanjem do zdravja', ob 16. uri v Parku pred Knjižnico F.S. s kratkim predavanjem Prim. Cirile Slemenik Pušnik o zdravstvenih nujnostih vsakodnevne živahnega gibanja in pripovedjo olimpijca Štefana Robača o njegovem aktivnem slogu. Bomo pa seveda tudi poskusili živahno ali nordijsko hojo. V primeru slabega vremena bo prireditev v športni dvorani Osnovne šole Prežihovega Voranca.
- ČETRTEK 10.4.2014: 'Z živahno hojo in gibanjem do zdravja', ob 16. uri pred Kulturnim domom Kotlje. Enako kot na Ravnah. V primeru slabega vremena bo prireditev v Kulturnem domu.
- PETEK 11.4.2014: 'Sejem zdrave lokalne hrane', na Tržnici Ravne od 9. do 13. ure. Možen bo tudi nakup EKO sadik zelenjave, po 11. uri pa bo pogovor s predstavniki EKO kmetije Mlinar o ekološki pridelavi zelenjave.
- SOBOTA 12.4.2014: 'Meritve holesterola in krvnega tlaka', od 8. do 13. ure v Mercator centru v Dobji vasi.

Društvo Altra, ki izvaja socialno varstvene programe s področja duševnega zdravja, namerava dan posvetiti predvsem informiranju in ozaveščanju širše javnosti o pomenu duševnega zdravja in preventivi duševnih motenj. Aktivnosti bodo izvajali tako v Ljubljani kot v Prevaljah.

To bomo naredili preko različnih aktivnosti:

- info točke, ki bo v osrčju četrtne skupnosti Moste -Polje (blizu tržnice), blizu sedeža društva na Zaloški c. 40, ter v enoti na Prevljah, na naslovu Trgu 31, na kateri bomo imeli informativni material in druge promocijske izdelke, za pogovor bo dostopna tudi strokovna oseba, ki bo zainteresiranim nudila zelene informacije, kratek posvet in usmeritev na strokovno svetovanje, ki se bo izvajalo v tem času na sedežu organizacije.
- informacije in posveti o varovanju duševnega zdravja, samopomoči in krepitevi le-tega bodo dostopni tudi na sedežu društva od 7 ure zjutraj ter do 17 ure popoldan. Zainteresirani se bodo imeli možnost posvetovati in naročiti pri strokovnjakih za obravnavo. Možen bo tudi posvet z osebami, ki okrevajo in živijo kakovostno življenje kljub diagnosticirani duševni motnji in zdravljenjem v psihiatrični bolnici
- informacije bodo obsegale tudi promocijo naših programov in detabuizacijo duševnih motenj.

Slovenska zveza za javno zdravje, okolje in tobačno kontrolo bo 6. in 7. aprila 2014 obeleževala SVETOVNI DAN ZDRAVJA, Z NASLOVOM Majhen pik – velika nevarnost in sicer s štirimi dogodki:

1. dogodek: »HELP LINE: opustite kajenje! Pokličite: 051 317 113a ali 040 188 511b« (7. april 2014, od 9h do 16h)

- Ker je prevalenca kajenja v Sloveniji zaskrbljujoče visoka, smo vam še posebej na razpolago kot podpora vašemu opuščanju kajenja. Veseli bomo vašega uspeha!
- informiranje: kam po pomoč pri opuščanju kajenja

2. dogodek: »Zabavna košarka za mlade!« v centru mesta (7. april 2014, v ponedeljek, ob 11h - 15h)

- Gre za krepitev zdravja med mladimi; mladi brez tobaka v okviru delovanja programa »Proste roke - čista pljuča«.
- informiranje: kam po pomoč pri opuščanju kajenja

3. dogodek - v mestnem parku: »Skupinska meditacija in vaje za hrbtenico in sklepe« za vse starosti. (v nedeljo, 6. aprila 2014, ob 15:00) Izvajalec: strokovnjak, gospod Vili Breznik
Udeležence naprošamo, da s seboj prinesejo podlogo za izvajanje vaj.

- Krepitev javnega zdravja med prebivalci v RS, »zdravje je na prvem mestu, vse ostalo je na drugem.«
- informiranje: kam po pomoč pri opuščanju kajenja

4. dogodek: »Srčna pot« v mestnem parku za vse občane« (v nedeljo, 6. aprila 2014, ob 16:00)

- Krepitev javnega zdravja med prebivalci v RS, »zdravje je na prvem mestu, vse ostalo je na drugem.«

Društvo onkoloških bolnikov

- 2. 4. 2014 v sodelovanju s Študentsko organizacijo Univerze v Ljubljani ob Mesecu sociale in zdravstva ŠOU sodelujemo s predavanjem mag. Mirjane Rajer, dr. med. na temo raka.
- 26. 3. 2014 je predvidena dostava terapevtske mize na oddelek za fizioterapijo na Onkološkem inštitutu. Sredstva za donirano mizo so zbirali študentje v času Movembra 2014, predajo mize v prisotnosti donatorjev s podpisom pogodbe bo javljen naknadno.