

# **PROGRAM PRIREDITEV OB TEDNU SRCA**

## **PONEDELJEK, 23. 5. 2011**

- ob 17. uri v parku
  - župan odpre Teden srca, sledi prikaz masaže srca in uporabe AED, dihalne vaje, ogrevanje, nato ŽIVAHNA ALI NORDIJSKA hoja

## **TOREK, 24. 5. 2011**

- ob 11. uri v Kulturnem centru Ravne
  - predavanje ANDREJE COKAN VUJKOVAC dr. med. spec. o varovanju srca in zdravja ter masaža srca in AED - za srednješolce
- ob 17. uri v Kulturnem centru Ravne
  - predavanje ANDREJE COKAN VUJKOVAC dr.med.spec. o SRCU IN OŽILJU, nato prikaz masaže srca in uporabe AED

## **SREDA, 25. 5. 2011**

- od 18. do 21. ure:
  - brezplačno rekreativno plavanje v pokritem bazenu
- ob 17. uri izpred Gasilskega doma v Kotljah v organizaciji KS. Kotlje
  - ŽIVAHNA HOJA v okolico

## **ČETRTEK, 26. 5. 2011**

- ob 11. uri v parku za predšolske in osnovnošolske otroke
  - NAJMLAJŠI ZA ZDRAVJE z igro, glasbo in plesom
- ob 17. uri v parku za občane, rekreativce in športnike
  - prikaz MASAŽE SRCA in uporabe AED, ogrevanje s TELESNO VADBO za srčne bolnike, nato 30 minut ŽIVAHNE ali nordijske hoje

## **PETEK, 27. 5. 2011**

- od 9. do 13. ure na ploščadi pred Tušem
  - SEJEM ZDRAVE DOMAČE HRANE
  - med 10. in 11. uro nastop HARMONIKARJEV Srednje šole Ravne

## **SOBOTA, 28. 5. 2011**- od 9. do 12. ure:

- v MERCATOR CENTER Ravne na Koroškem-NA MERITVE krvnega sladkorja in tlaka.
- od 14. do 17. ure:
  - TEST HOJE v parku, v organizaciji tima za promocijo zdravja ZD Ravne
- od 17. ure naprej v tenis parku
  - ZAKLJUČEK IN ZDRAVA MALICA z županom ter zabava z glasbo

## **NEDELJA, 29. 5. 2011**

- POHOD NA URŠLJO GORO v organizaciji ZZV Ravne, društev in partnerjev
  - pester program z aktivnostmi za krepitev zdravega življenjskega sloga
- POHOD na ŠTEHARSKI VRH v organizaciji Športnega društva Strojnska Reka