

Već šestu godinu za redom u Međimurju će se obilježiti MOVE Week - Tjedan promicanja tjelesne aktivnosti (od 29. svibnja - 4. lipnja 2017. godine), u sklopu kojeg će se organizirati brojne aktivnosti

Čakovec, 24.05.2017. godine

O Tjednu promicanja tjelesne aktivnosti i NowWeMOVE kampanji

U Europi i svijetu stavlja se sve veći fokus na pandemijski rast tjelesne neaktivnosti, naročito u urbanim sredinama, gdje sedentarni način života postaje svakodnevica. Stoga je 2012. godine Međunarodna organizacija za sport i kulturu (*International Sport and Culture Association - ISCA*) pokrenula kampanju „Krećimo se sada“ (**NowWeMOVE**) s vizijom postizanja novih **100 milijuna tjelesno aktivnih građana Europe do 2020. godine**. Sastavni dio te kampanje je **MOVE Week – tjedan promicanja tjelesne aktivnosti**, tijekom kojeg se u brojnim zemljama Europe organiziraju različiti događaji kojima se osobe svih životnih dobi motiviraju na uključivanje u sportsko-rekreativne aktivnosti kao što su vježbanje u klubovima, radionicama, natjecanja, bicikljade, humanitarne akcije, veliki sportski događaji i sl. Tijekom pet godina, u sklopu MOVE Weeka je u 30-tak zemalja Europe i u nekoliko zemalja Latinske Amerike, bilo organizirano 14.000 različitih događaja uz 3,4 milijuna sudionika.

Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije se uključio u obilježavanje MOVE Weeka, glavnog događaja pan-europske NowWeMOVE kampanje od samog početka, i to kao koordinator aktivnosti u Međimurskoj županiji, a 2016. godine i aktivnosti u cijeloj Hrvatskoj, te je zajedno s 50-tak partnera iz odgojno – obrazovnog sektora, zdravstvenog sektora, iz sportskih i plesnih klubova te nevladinih organizacija, iz socijalnih ustanova, iz lokalne i regionalne samouprave te turističkih zajednica, dao velik doprinos NowWeMOVE kampanji.

U pet godina trajanja kampanje (od 2012.-2016. g.), samo u Međimurskoj županiji je u sklopu MOVE WEEK-a bilo organizirano 487 događaja uz gotovo 30.000 sudionika, a tijekom 2015. i 2016. godine, samo u zdravstvenom sektoru je o važnosti tjelesne aktivnosti, bilo savjetovano oko 17.000 pacijenata. U obilježavanje MOVE Week u Hrvatskoj, kao koordinatori aktivnosti u svojim sredinama, bili su još uključeni Zavod za javno zdravstvo Karlovačke županije, DRITE – Udruga studenata kineziologije u znanstveno-stručnom radu, Zagrebački savez sportske rekreacije Sport za sve, Rekreacija.hr, Dječji vrtić Vrtuljak Zaprešić i Sportsko društvo Zvrk iz Supetra na otoku Braču. Svi zajedno, u Hrvatskoj smo tijekom proteklih 5 godina organizirali 535 različitih događaja u kojima je sudjelovalo gotovo 47.000 sudionika, a 30.000 pacijenata je u zdravstvenom sektoru bilo savjetovano o važnosti redovite tjelesne aktivnosti.

Ove godine se MOVE Week obilježava od 29. svibnja - 4. lipnja, a uz ISCA-u, na europskom su nivou partneri Europska biciklistička federacija (European Cyclists' Federation) te BeACTIVE Europski tjedan sporta (European Week of Sport).



Tijekom ovogodišnjeg MOVE Week-a će u Međimurskoj županiji ponovno biti organizirane brojne i zanimljive aktivnosti namijenjene osobama različitih dobnih skupinama: rekreativne igre učenika četvrtih razreda osnovnih škola pod motom: „IGRAJ SE I VJEŽBAJ SVAKOGA DANA, ŽIVI ŽIVOT BEZ DUHANA“ (Trg Republike, Čakovec 30.05.2017. u 10h), Sportsko-rekreativni susreti i druženje osoba oboljelih od raka – POKRENI SE (2.06.2017. u 10h, Mala Subotica), Tečajevi nordijskog hodanja (Gardinovec – tijekom cijelog tjedna), Festival sportske rekreacije osoba s tjelesnim invaliditetom (DG Sport Prelog, 3. lipnja), različite aktivnosti za djecu i njihove roditelje u dječjim vrtićima i školama te aktivnosti za korisnike domova za starije i nemoćne osobe, svakodnevnih aktivnosti na otvorenom u Murskom Središću, Maloj Subotici, Šenkovcu i Strahonincu, Festival nordijskog hodanja i pješčenja (04.06.2017. u Prelogu), te brojne druge aktivnosti.

Cijelu listu aktivnosti možete pogledati na web stranici našeg zavoda: <http://www.zzjz-ck.hr/> i mrežnoj stranici croatia.moveweek.eu koja će se svakodnevno nadopunjavati.

Pokrovitelji Tjedna promicanja tjelesne aktivnosti 2017. godine u Međimurju su Međimurska županija te Gradovi Prelog, Mursko Središće i Čakovec.

Popis aktivnosti koje će se u sklopu Tjedna promicanja tjelesne aktivnosti (MOVE Week) 2017. godine odvijati u Međimurskoj županiji:

Program Festivala nordijskog hodanja i pješčenja, Prelog, 4. lipnja 2017. (od 9,15-14h)

U organizaciji Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije, Grada Preloga, Turističke zajednice Grada Preloga, SRC DG Sport Prelog, Udruge mladih EFEKT, Društva naša djeca Prelog, Županijske lige protiv raka Čakovec te uz pokroviteljstvo Hrvatskog saveza nordijskog hodanja, a u sklopu Tjedna promicanja tjelesne aktivnosti (MOVE Week 2017. godine), **u Gradu Prelogu će se 04.06.2017. godine održati Festival nordijskog hodanja i pješčenja**, na kojem očekujemo oko 250 sudionika iz cijele Hrvatske.

Program aktivnosti:

- a) 8,30-9,15h – dolazak gostiju i prijava sudionika, Prelog, Trg slobode 1 - ispred Doma kulture
- b) 9,15-10h - dobrodošlica uz prigodni kulturno-umjetnički program, pozdrave organizatora i sudionika, svečano otvaranje Festivala
 - a. Kan-kan ples – Plesna sekcija Udruge umirovljenika Prelog
 - b. Pjevački zbor Udruge umirovljenika Grada Preloga
 - c. „Paloma nera – Severina“ - Ženski trio Doma za odrasle osobe Orehovica (Vesna, Karolina i Slavica)
 - d. Cheerleaders koreografija – Društvo naša djeca Prelog
 - e. Zbor Kluba laringektomiranih Županijske lige protiv raka Čakovec
 - f. FlasMOVE – različiti sudionici
- c) 10,00 - 10,30h – razgledavanje Crkve Sv. Jakoba te razgledavanje Muzeja „Croata Insulanus“ (HRVATSKA NAIVA-stalni postav te izložba „Lo-fi Garage Pop“ Zvonimira Haramije Hansa. Na izložbi su predstavljene slike nastale u posljednje dvije-tri godine koje su rezultat utjecaja i prožimanja različitih likovnih formi (crteža,



slikarstva, grafike, klasičnog i digitalnog kolaža) i pravaca (dadaizma, pop arta, stripa, suvremenog street arta...))

- d) **10,30-12,30h – nordijsko hodanje i pješaćenje dogovorenim rutama po Gradu Prelogu i uz rijeku Dravu** (bit će organizirane 4 rute različitih duljina - 2km, 4,5km, 6 km i 9 km) uz upoznavanje prirodoslovnih osobitosti prostora (prof. Mišo Rašan, Srednja škola Prelog i prof. Ivana Strbad)
- e) 11,30-12,30 – radionica “Plesom probudimo duh i tijelo”, voditeljica učiteljica Sanja Rašan
- f) 12,30-13,30 – ručak za sve sudionike u Hotelu Panorama (DG Sport Prelog) uz zabavni program (Tamburaški sastav Udruge umirovljenika Prelog)

Informacije i prijave za Festival nordijskog hodanja: Marija Prekupec, dipl.med.techn., tel. 099 2299566, marija.prekupec@zzjz-ck.hr, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, Ivana Gorana Kovačića 1E. Rok za prijavu: 31.05.2017. godine. **Prijave za Festival su obavezne.**

30.05.2017. godine (srijeda) – REKREATIVNE IGRE učenika četvrtih razreda osnovnih škola pod motom: „IGRAJ SE I VJEŽBAJ SVAKOGA DANA, ŽIVI ŽIVOT BEZ DUHANA!“ – Trg Republike, Čakovec, od 10.30-12h

Povodom Svjetskog dana nepušenja i Tjedna promicanja tjelesne aktivnosti (MOVE Week), Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, Školski preventivni programi Međimurske županije, Povjerenstvo za suzbijanje zlouporabe droga Međimurske županije, Osnovna škola Prelog, Udruga sportske rekreacije „Sport za sve“ Mala Subotica i Županijska liga protiv raka Čakovec organiziraju rekreativne igre učenika četvrtih razreda osnovnih škola pod motom: **„IGRAJ SE I VJEŽBAJ SVAKOGA DANA, ŽIVI ŽIVOT BEZ DUHANA!“**

29.05.-04.06.2017. godine – različite aktivnosti u Dječjem vrtiću Bambi Čakovec (Dječji vrtić Dječja mašta), Bana Josipa Jelačića 22

Plan aktivnosti:

29.05.2017.-AEROBIK U VRTIĆU

30.05.2017.-NATJECATELJSKE IGRE (nogomet i graničari)

31.05.2017.-BICIKLIJADA U VRTIĆU

01.06.2017.-ROLANJE S DJECOM

02.06.2017.-VJEŽBANJE S PROF. KINEZILOGIJE(roditelji iz vrtića u starom gradu)

Odgovornice: Ivana Pečarko i Riana Tkalčec

Dječji vrtić Dječja mašta - P.O- Bambi, Čakovec

Kontakt osoba: Ivana Pečarko, tel. 0981857693

29.05.-04.06.2017. godine – različite aktivnosti u Dječjem vrtiću Potočnica Mala Subotica,

Kontakt osoba: Marija Molnar, tel. 631-320, d.vrtic.potocnica@ck.t-com.hr

29.05.17. - ponedjeljak: u suradnji s USR Sport za sve Mala Subotica:

- aerobik u Vrtiću – oko 140 sudionika,

- obiteljske sportsko-rekreativne igre - 90 sudionika

30.05.17. - utorak:

Natjecateljske igre – skakanje u vreći, lopta putuje, nošenje jajeta - 100 sudionika



31.05.17. – srijeda, 100 sudionika

Pokretne igre:

- Male pralje
- Roda i žabe
- Ptičica na grani
- Crvena kraljica 1,2,3
- ritmički ples - 100 sudionika
- Biciklijada u suradnji s USR - 200 sudionika

01.06.17. četvrtak – ulične igre, 100 sudionika

- Gumi, gumi
- školica
- preskakanje užeta
- hula-hop

02.06.17., petak, u suradnji s USR Sport za sve Mala Subotica, 300 sudionika

Pješčačenje, 100 sudionika

Biciklijada, 200 sudionika

29.05.-04.06.2017. godine, promicanje tjelesne aktivnosti u zdravstvenom sektoru - Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, Privatne ordinacije opće/obiteljske medicine, Odjel fizikalne medicine i rehabilitacije

- **inicijativa „Tjelesna aktivnost je lijek“** – savjetovanje pacijenata od strane liječnika i drugih zdravstvenih djelatnika (kroz pisani i/ili usmeni savjet) o važnosti tjelesne aktivnosti za unapređenje i očuvanje zdravlja te prevenciju, liječenje i rehabilitaciju brojnih bolesti i stanja.

02.06.2017. godine, „Pokreni se“ – sportsko-rekreativni susreti članova klubova oboljelih od raka Županijske lige protiv raka Čakovec, Mala Subotica, Sportski tereni USR Sport za sve u 10,30h (u slučaju kiše Sportska dvorana OŠ Tomaša Goričanca Mala Subotica)

- u organizaciji Udruge “Sport za sve” Mala Subotica, Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije i Županijske lige protiv raka Čakovec s pripadajućim klubovima (Klub laringektomiranih, Klub žena “Nova Nada”, Klub oboljelih od raka prostate, ILCO društvo Čakovec, Klub žena oboljelih od ginekoloških karcinoma - VITA)
- očekuje se 50-tak sudionika

Kontakt osoba: Renata Kutnjak Kiš, tel.098 206 464, email: renata.kutnjak-kis@zzjz-ck.hr

29.05.-04.06.2017. godine, Društvo naša djeca Čakovec

Planirane aktivnosti:

Učenici osnovnih škola i djeca dječjih vrtića s područja Grada Čakovca sa svojim roditeljima, odgojiteljicama i učiteljicama organizirati će sportske tradicionalne igre. U aktivnosti će se uključiti 1., 2. i 3. osnovna škola Čakovec, Osnovna škola Kuršanec, Osnovna škola Ivanovec, Centar za odgoj i obrazovanje, Dječji vrtići Cipelica, Cvrčak, Loptica, Žibeki i Bambi.



Kontakt osoba: Gordana Šoltić-Siladi, predsjednica, tel. 0915281237

29.05.-04.06.2017. godine, OŠ Belica-Područna škola Gardinovec

Aktivnosti:

29.05.-02.06.2017. Aerobik, ples – 30 sudionika

25.5.2017. „Sportom čuvajmo zdravlje“ – sportsko rekreativne igre u OŠ Belica -
Štafetne igre, bacanje kolutova i loptica u koš, gumi-gumi, školica - 30 sudionika

Kontakt osoba: Gordana Turk, Mob: 098 173 6164, e-mail: gordana.turk10@gmail.com

29.05.-04.06.2017. godine, OŠ Belica

25.05.2017. Centralna manifestacija u Belici-Osnovna škola Belica „Pokreni se za bolje zdravlje“
(šetnja prirodom (viši razredi od 05.-08. razreda), nordijsko hodanje - 120 sudionika

“Sportom čuvajmo zdravlje” - sportsko-rekreativne igre u školi, odbojka, badminton, gumi-gumi,
školica, bacanje loptice, viseća kuglana, bacanje potkove,.. (niži razredi 01.-04.razreda)– 25.05.2017.
(Dan sporta) -110 sudionika

Kontakt osoba: Gordana Turk, Mob: 098 173 6164, e-mail: gordana.turk10@gmail.com

03. lipnja 2017. godine (subota) – Društvo osoba s tjelesnim invaliditetom (ranijeg naziva Društvo distrofičara, invalida cerebralne i dječje paralize i ostalih tjelesnih invalida)

Festival sportske rekreacije, DG Sport Prelog, 10h

- belot, viseća kuglana, pikado, stolni tenis, bacanje loptice u koš, gađanje kolutima, šah, utrka u kolicima

Kontakt osoba: Marija Radiković , tel. 391-079., email: marija.ddicp@gmail.com

29.05.-04.06.2017. godine, Udruga građana Gardruža, Gardinovec

Aktivnosti:

Edukacija nordijskog hodanja u grupama, za zainteresirane građane svakodnevno 7 dana u tjednu u vremenu od 17:00 do 19:00 sati. Organizirat će se dvije grupe dnevno u koju će se uključiti umirovljenici i školska djeca. Aktivnost će se odvijati kontinuirano od 29.05.-04.06.2017.

25.05.2017. Centralna manifestacija u Belici-Osnovna škola Belica „Pokreni se za bolje zdravlje“
(šetnja prirodom (viši razredi od 05.-08. razreda), nordijsko hodanje- 120 sudionika

“Sportom čuvajmo zdravlje” - sportsko-rekreativne igre u školi, odbojka, badminton, gumi-gumi,
školica, bacanje loptice, viseća kuglana, bacanje potkove, (niži razredi 01.-04.razreda)–
25.05.2017. (Dan sporta)-110 sudionika

04.06.2017. odlazak na Festival nordijskog hodanja u Prelogu - sudionika 15



Kontakt osoba: Marija Prekupec, predsjednica: tel. 0992299566

29.05. - 04.06.2017. godine, Dom za starije i nemoćne osobe Čakovec

Aktivnosti:

29.5.-4.6.2017. - **Svakodnevna šetnja** korisnika iz Depadanse, I.Mažuranića 6, a uključuje dolazak na radionice, posjete, priredbe, radnoterapijske grupe, koje se organiziraju u Domu, Matice Hrvatske 1.

29. ponedjeljak - **REKREACIJA** - vježbe prilagođene starijim osobama - 09:00 - 09:30

30. utorak u 13h - **Sportske igre** korisnika starije životne dobi, koje se odnose na četiri discipline-pikado, viseća kuglana, nabacivanje kolutova i bacanje loptica u koš.

01.06. četvrtak - **REKREACIJA** - vježbe prilagođene starijim osobama - 09:00 - 09:30

kontakt osoba: Nives Mandić Hajdinjak, bacc.radne terapije, tel. 040 373-100

29.05.-04.06.2017. –Osnovna škola Mala Subotica i Područna škola Držimurec-Strelec

Sudjelovat će u zajedničkim aktivnostima s USR Sport za sve Mala Subotica.

29.05.-04.06.2017. – aktivnosti u organizaciji USR „Sport za sve“ Mala Subotica

DAN	SUDIONICI/CILJANA SKUPINA	PLANIRANE AKTIVNOSTI	PARTNERI
PONEDJELJAK 29.5.2017.g. (15:30 h)	Polaznici vrtića, njihovi roditelji i djelatnice vrtića (110 sudionika)	AEROBIK U VRTIĆU	Dječji vrtić Potočnica, Mala Subotica
PONEDJELJAK 29.5.2017.g. (16:00 h)	Polaznici vrtića i njihovi roditelji (100 sudionika)	OBITELJ ZAJEDNO – rekreativne obiteljske igre (gađanje loptom, slaganje kutija, vožnja tački, nošenje djeteta, gađanje gola)	Dječji vrtić Potočnica, Mala Subotica
UTORAK, 30.5.2017.g. (10,30 h)	Učenici četvrtih razreda međimurskih OŠ	SVJETSKI DAN NEPUŠENJA – rekreativni susreti učenika, Trg Republike Čakovec	USR Sport za sve Mala Subotica je suorganizator igara
SRIJEDA 31.5.2017.g. (16:00 h)	Polaznici vrtića i njihovi roditelji, djelatnice vrtića, članovi USR Sport za sve, svi ostali zainteresirani mještani	BICIKLIJADA (vožnja biciklom ulicama Male Subotice)	USR Sport za sve Mala Subotica je suorganizator igara
ČETVRTAK 1.5.2017.g. (10:00 h)	Polaznici male škole i njihovi roditelji (uglavnom pripadnici romske nacionalne manjine)	VRTIĆKI VIŠEBOJ – rekreativne obiteljske igre (gađanje loptom, bacanje potkove, gađanje čunjeva, nošenje djeteta, gumi slalom)	Područna škola Držimurec - Strelec
PETAK 27.5.2016.g. (10:30 h)	Članovi klubova oboljelih od raka Županijske lige protiv raka Čakovec	POKRENI SE (pikado, viseća kuglana, nabacivanje koluta, bacanje potkove, gađanje čunjeva)	USR Sport za sve Mala Subotica je suorganizator igara



SUBOTA 03.6.2017.g. (16:00 h)	Članovi USR Sport za sve Mala Subotica i članovi podružnice umirovljenika Mala Subotica	SUSRET DOBRIH SUSJEDA (streljaštvo, viseća kuglana, bacanje potkove, nabacivanje kolutova)	Udruga umirovljenika - podružnica Mala Subotica
-------------------------------------	---	---	---

29.05.-04.06.2017. Grad Mursko Središće, Turistička zajednica Grada Mursko Središće, Udruga sportske rekreacije „Sport za sve“ Mursko Središće, Osnovna škola i Dječji vrtić

29.05.2017. – KORAK PO KORAK – POKRENIMO SE PLESOM

Mjesto održavanja: šetnica – parkiralište
U slučaju kiše ples će se održati u sportskoj dvorani Mursko Središće
Vrijeme : 18,00-19,00 sati
Voditelj: Lara Podgorelec – voditelj mažoretkinja
Sudionici: Mažoretkinje, USR „Sport za sve“ i svi zainteresirani građani
Cca.60 učesnika

30.05.2017 . – BICIKLIJADA

Start: ispred ureda Turističke zajednice – autobusna stanica u 15,30 sati
Relacija: Mursko Središće-Selnica- D. Koncovčak- Kapelšćak – Mursko Središće (cca 16 km).
Biciklijada se ne odgađa u slučaju kiše.
Sudionici: USR „Sport za sve“ Mursko Središće i svi zainteresirani građani.
Cca: 50 učesnika

31.05.2017. REKREATIVNE IGRE DJECE PREDŠKOLSKE DOBI I RODITELJA

Mjesto: šetnica – zelena površina uz dječje igralište i parkiralište
Vrijeme: 18,00-19,00 sati
Voditelji: voditeljice aerobica USR „Sport za sve“ Mursko Središće
Sudionici: djeca iz dječjih vrtića „Maslačak“ ,“ Dječja maštanja“ i „ Pahuljica „ iz Murskog Središća
Cca:80 učesnika

01.06.2017. – YOGA, ZDRAVLJE I SREĆA, SKLADNA RAVNOTEŽA TIJELA I UMA

Mjesto održavanja: ŠETNICA –prostor parkirališta
U slučaju kiše yoga će se održati u sportskoj dvorani Mursko Središće.
Vrijeme :18,00-19,00 sati
Voditelj: dr.Mirjana Augustić – trenerica yoge (s certifikatom o ovlaštenju)
Sudionici: USR „Sport za sve“ i svi zainteresirani građani
Cca:50 učesnika

03.06.2017. - REKREATIVNE IGRE – boćanje, pikado , viseća kuglana i odbojka

Mjesto održavanja: ŠRC „Zalešće“
Vrijeme: od 14,00 sati
Učesnici: Članovi USR „Sport za sve“ Mursko Središće
Cca: 90 učesnika

Kontakt osobe: Anica Varga – 099 249 5881i Dolores Vrtarić – 098 956 7855



30.05. 2017. – Grupa za nordijsko hodanje Savjetovališta za prevenciju i tretman prekomjerne tjelesne težine i debljine Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije

- svaki utorak od 9-10h organizira se nordijsko hodanje po Perivoju Zrinskih u Čakovcu – članovi pozivaju sve zainteresirane osobe da im se priključe

Kontakt osoba: Marija Prekupec, Voditeljica grupe za nordijsko hodanje, tel. 0992299566

29.05.2017. godine – u organizaciji Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije i Centra za pomoć u kući Međimurske županije održat će se Tečaj nordijskog hodanja za članove Kluba za starije osobe Nedelišće

29.05.-04.06.2017. god., Dom za starije i nemoćne osobe Novinščak

Aktivnosti:

SPORTSKE IGRE (u dvorištu doma)

- „Natjecanje u visećoj kuglani, pikadu, bacanju kolutova i bacanju loptica u koš“

GRUPNE VJEŽBE - grupne vježbe za korisnike staračkog doma Novinščak sastoje se od vježbi opsega pokreta, vježbi jačanja mišića, vježbi koordinacije i balansa te vježbi disanja

VOŽNJA SOBNOG BIKIKLA za korisnike doma u trajanju od 10 minuta te mjerenje prijeđene udaljenosti u tom period

voditelji i kontak osobe: Nikola Kovačić, fizioterapeut 040/ 386 510

29.05.-04.06.2017. godine, USR "SPORT ZA SVE" Šenkovec

Uključit će se u obilježavanje MOVE Weeka organizacijom različitih aktivnosti tijekom cijelog tjedna.
Kontakt osoba: Danica Korunić, predsjednica USR "SPORT ZA SVE" Šenkovec, tel. 0981875235, email: mssr@ck.t-com.hr

29.05.-04.06.2017. godine, Udruga žena Strahoninec

29.5. Ponedjeljak, Hodanje ulicama Strahoninca, od 18,00 h okupljanje kod zgrade Općine Strahoninec

30.05. Utorak, Vježbanje na otvorenom u Sportskom parku u Strahonincu, od 18,30-19,30h, pod stručnim vodstvom Lane Križarić

2.06. Petak, bicikliranje od Strahoninca do Novog Sela Na Dravi

Kontakt osoba: Sandra Buhin, predsjednica, tel 099 400 96 94

29.05.-04.06.2017. godine, Društvo Športske rekreacije Samobor "Sport za sve"

Dani otvorenih vrata (aerobic, korektivna gimnastika)

- nordijsko hodanje kroz Samoborsko gorje



Kontakt osoba: Ljiljana Šurbek Bošnjak, email: dsrsamobor@gmail.com

29.05.-04.06.2017. godine - Dječji vrtić „Vrapčić“ iz Šenkovca od 29.05. do 02.06.2017. obilježit će „Tjedan kretanja“ i time podržati inicijativu ISCA-e : „NOW WE MOVE“.

Svi „Vrapčići“- njih ukupno 104 sa svojim odgajateljicama svakodnevno će provoditi razne sportske aktivnosti.

PONEDJELJAK 29.05.2017. ŠETNJA OKOLICOM VRTIĆA (EU park Budina)

„Vrapčići“ iz svih vrtićkih skupina (Smajlići, Elmeri, Iskrice i Ptičice) sa svojim odgajateljicama njih ukupno 88 uživat će u šetnji bližom okolicom Vrtića.

UTORAK 30.05.2017. - VJEŽBANJE SA TRENERICOM GIMNASTIKE GĐOM.TATJANOM STOJILJKOVIĆ

„Vrapčići“ iz svih skupina (Mišići, Smajlići, Iskrice, Elmeri, Ptičice) sa svojim odgajateljicama njih ukupno 104 upoznat će gimnastiku.

SRIJEDA 31.05.2017. ŠTAFETNE I POKRETNE IGRE

„Vrapčići“ iz svih vrtićkih skupina (Mišići,Smajlići, Elmeri, Iskrice i Ptičice) sa svojim odgajateljicama njih ukupno 104 igrati će razne štafetne i pokretne igre.

ČETVRTAK 01.06.2017.-IGRE PRECIZNOSTI (gađanje, bacanje)

„Vrapčići“ iz svih skupina(Mišići, Smajlići, Iskrice, Elmeri, Ptičice) sa svojim odgajateljicama njih ukupno 104 uživati će u svladavanju različitih oblika bacanja i gađanja koševa i meta.

PETAK 02.06.2017.- STOLNI TENIS

„Vrapčići“ predškolci njih 29 sa svojim odgajateljicama otići će na SRC Gorčica i upoznati se sa igrom stolnog tenisa sa trenerom Draženom Korentom i sportašima koji treniraju stolni tenis.

SVAKODNEVNO OD 29.05.2017. do 02.06. 2017.

„Vrapčići“ iz svih skupina(Mišići, Smajlići, Iskrice, Elmeri, Ptičice) sa svojim odgajateljicama njih ukupno 104 svakodnevno će provoditi jutarnju tjelovježbu.

MOVE Week koordinator za vrtić „Vrapčić“

Odgajateljica Ksenija Bubek

29.05.-04.06.2017. godine - u koordinaciji Sportskog društva „Zvrk“ iz Supetra na Otoku Braču (Splitsko-Dalmatinska županija), Tjedan promicanja tjelesne aktivnosti u Supetru na Otoku Braču podržat će: Crveni križ Brač, Zavod za javno zdravstvo Splitsko-Dalmatinske županije –edukacijski/promotivno, OŠ Supetar, TZ Supetar, Foto Peđa. Tijekom cijelog tjedna će održati brojne aktivnosti namijenjene svim dobnim skupinama stanovništva.

Kontakt osoba: Tina Poklepović, predsjednica Sportskog društva ZVRK, tel. 091 4732845



O kampanji Krećimo se sada (NowWeMOVE)

Kampanja Krećimo se sada (NowWeMOVE) je najveća europska kampanja za promociju sporta i tjelesne aktivnosti. Kampanja okuplja i povezuje ključne dionike sporta za sve iz različitih sektora da bi se borila protiv pandemije tjelesne neaktivnosti u čitavoj Europi. Vizija kampanje je postići novih 100 milijuna tjelesno aktivnih građana u Europi do 2020. godine. Ciljevi kampanje su osvijestiti ljude o pozitivnim učincima tjelesne aktivnosti i sporta, razvijati mogućnosti participiranja u sportu i tjelesnoj aktivnosti; omogućiti održivi razvoj infrastrukture onih koji omogućuju tjelesnu aktivnost kroz „Open-Source“ rješenja i javna promocija važnosti tjelesne aktivnosti. - <http://nowwemove.com/>

O europskom koordinatoru

Međunarodna organizacija za sport i kulturu (ISCA) je globalna platforma koja djeluje na području rekreativnog sporta, sporta za sve i tjelesne aktivnosti. Organizacija je osnovana 1995. godine te ima 209 članica organizacija/udruga: međunarodne nevladine udruge te dionike javnog i privatnog sektora. Broji preko 40 milijuna članova pojedinaca iz 80 zemalja svijeta te time predstavlja široku skupinu aktivnih ljudi na području sporta i tjelesne aktivnosti. Aktivnosti Međunarodne organizacije za sport i kulturu (ISCA) podržavaju europsku politiku tjelesne aktivnosti za unaprjeđenje zdravlja (HEPA).

<http://www.isca-web.org>

O regionalnom koordinatoru

Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije je javnozdravstvena ustanova čija je misija unaprijediti zdravlje i kvalitetu života populacije za koju skrbi prevencijom i kontrolom bolesti te promicanjem zdravlja. U svom radu se rukovodimo multisektorskim i interdisciplinarnim pristupom, a razvijamo i provodimo aktivnosti, programe i projekte s ciljem promicanja zdravih stilova života i smanjivanjem faktora rizika proizašlih iz okolišnih, ekonomskih, socijalnih ili ponašajnih faktora okruženja.

Ravnateljica Zavoda za javno zdravstvo

Međimurske županije

prim. Marina Payerl-Pal, dr.med., spec. medicinske mikrobiologije s parazitologijom

Rukovoditeljica Djelatnosti za javno zdravstvo

i koordinatorica NowWeMOVE kampanje

u ZZJZ Međimurske županije

Renata Kutnjak Kiš, dr.med., spec. epidemiolog

