

Posvet ob svetovnem dnevu gibanja »Šport za vse in zdravje« Slovenija v gibanju – z gibanjem do zdravja

Zavod za zdravstveno varstvo Murska Sobota, Športna unija Slovenije in Center za nordijsko hojo Pomurja v okviru letošnje obeležitve svetovnega dneva gibanja pripravljajo strokovni posvet »Šport za vse in zdravje«.

Posvet bo v **petek, 08. maja 2009, ob 13 uri**,
na Zavodu za zdravstveno varstvo Murska Sobota, Arhitekta Novaka 2b, v prostoru predavalnice zavoda.

Vsako leto **10. maja** obeležujemo v številnih državah svetovni dan gibanja, ki je bil uveden maja 2002 kot plod resolucije o prehrani, telesni aktivnosti in zdravju, sprejet na 55. Svetovni zdravstveni skupščini.

Nezdrava prehrana in pomanjkanje telesne dejavnosti sta glavna vzroka za bolezni, ki se jim da izogniti. Po podatkih WHO letno umre 1.9 milijona ljudi zaradi telesne neaktivnosti.

Upoštevanje smernic prehranjevanja in telesne dejavnosti v vseh področjih - politik na lokalni, regionalni, nacionalni in evropski ravni in ustvarjanje potrebnega spodbudnega okolja lahko izboljša fizično in psihično zdravje ljudi.

Glavni cilji obeleževanja svetovnega dneva gibanja so :

- poudarjati usklajene nacionalne in lokalne pobude, politike in programe za povečevanje telesne dejavnosti;
- povečati redno telesno dejavnost med prebivalstvom, ne glede na spol, starost, socialno-ekonomske pogoje, zaposlitev, okolja, v katerih delujejo;
- povečati telesno dejavnost v sodelovanju s športnimi organizacijami, predvsem na področju športa za vse;
- spodbujati zdrav življenjski slog in promovirati zdravje skozi šport in telesno dejavnost.

Na posvetu bodo s svojimi prispevki sodelovali strokovnjaki s področja športa, zdravstva in lokalne skupnosti.

Za dodatne informacije pokličite Ema Mesarič, tel. 041 797 843 ali na e-mail : ema.mesaric@zzv-ms.si, Zavod za zdravstveno varstvo Murska Sobota

Vljudno vabljeni!

Zavod za zdravstveno varstvo
Teodora Petraš, dr. med. l. r
direktorica

Športna unija Slovenije
Iztok Retar l.r.
strokovni direktor