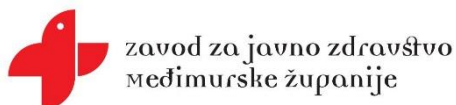


## Projekt „Živjeti zdravo“



### **POZIVAMO VAS NA OBILJEŽAVANJE NACIONALNOG DANA HODANJA 2019. GODINE**

**Trg slobode 1, Prelog, 05. listopada 2019. godine (subota ) od  
9,30-11h**

#### **AKCIJA „HODANJEM DO ZDRAVLJA“**

U povodu obilježavanja Nacionalnog dana hodanja, u subotu 5. listopada s početkom u 10 sati, održat će se akcija „Hodanjem do zdravlja“. Okupljanje sudionika je na Trgu slobode u Prelogu od 9,30-10 sati na info pultu projekta „Živjeti zdravo“, a hodanje će biti organizirano po užem centru Preloga od 10-11 sati. Organizatori akcije „Hodanjem do zdravlja“ su Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije i Grad Prelog, a u akciju će se uključiti Udruga umirovljenika Prelog, Društvo naša djeca Prelog, Planinarsko društvo Prelog, KLA Prelog te druge zainteresirane ustanove, udruge i pojedinci. Prijave za sudjelovanje započinju u 9,30 h na info pultu, a za prvih 100 sudionika su osigurane i promotivne majice (50 dječjih i 50 odraslih).

Cilj je akcije organiziranim aktivnostima promicanja zdravlja informirati i senzibilizirati građane Republike Hrvatske svih dobnih skupina o pozitivnim učincima redovite tjelesne aktivnosti na zdravlje. Provedba aktivnosti je predviđena da se potakne sve građane, prije svega one koji posljednjih godina nisu našli vremena za tjelesnu aktivnost, da se u slobodno vrijeme, na otvorenom, unutar sigurnog okruženja uključe u organiziranu i stručno vođenu aktivnost hodanja i na taj način učine velik korak prema unapređenju vlastitog zdravlja na pristupačan i zabavan način.

Obilježavanje Svjetskog dana hodanja je pokrenula vodeća međunarodna organizacija za rekreaciju (Sport za sve) – TAFISA (engl. *The Association For International Sport for All*) 1991. godine. Od te je godine prijedlog da se svaki prvi vikend u listopadu taj dan obilježi diljem svijeta.

Po uzoru na Svjetski dan hodanja, Hrvatski zavod za javno zdravstvo s partnerima je pokrenuo inicijativu obilježavanja Nacionalnog dana hodanja, također prve subote u mjesecu listopadu. Stoga će 5. listopada 2019. godine Hrvatski zavod za javno zdravstvo u suradnji s mrežom županijskih zavoda za javno zdravstvo, suradnika na razini lokalne zajednice i brojnih volontera provesti javnozdravstvenu akciju „Hodanjem do zdravlja“ u svim županijama Republike Hrvatske. Akcija „Hodanjem do zdravlja“ provodi se u sklopu projekta „Živjeti zdravo“, koji se sufinancira iz Europskog socijalnog fonda.

Vjerujemo da ćete se odazvati našem pozivu, čemu se unaprijed radujemo!

S poštovanjem,

prim. Marina Payerl-Pal, dr.med. spec. medicinske mikrobiologije s parazitologijom  
Ravnateljica Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije

Renata Kutnjak Kiš, dr. med., spec.epidemiolog  
Kordinatorica Nacionalnog programa  
„Živjeti zdravo“ za Međimursku županiju



Sadržaj ovog dokumenta isključiva je odgovornost Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije