

Svjetski dan srca 2016. u Zagrebu

Srijeda, 28. rujna 2016.

- 11:00 **Zaklada Hrvatska kuća srca**, Ilica 5, Oktagon
Tiskovna konferencija povodom Svjetskog dana srca 2016.

Četvrtak, 29. rujna 2016.

- 10:00 – 13:00 **Gradska ljekarna Zagreb**, Trg bana Josipa Jelačića 3
Nutricionističko savjetovanje, određivanje BMI, mjerenje krvnog tlaka u organizaciji Gradske ljekarne i Udruge za prevenciju prekomjerne težine
- 10:00 – 12:00 **KBC Zagreb, Kišpatićeva 12**, u prizemlju glavne zgrade kod glavnog ulaza
Savjetovanje građana o prevenciji kardiovaskularnih bolesti
- 09:00 – 13:00 **KBC Sestre milosrdnice**, Vinogradska cesta 29, kod Hitnog prijema
Savjetovanje o prevenciji kardiovaskularnih bolesti
- 09:00 – 13:00 **KB Sveti Duh**, Sv. Duh 64, u atriju bolnice
Savjetovanje o prevenciji kardiovaskularnih bolesti

Petak, 30. rujna 2016.

- 9:00 – 13:00 **KB Dubrava, Avenija Gojka Šuška 6**, prizemlje, glavni ulaz
Savjetovanje građana o prevenciji kardiovaskularnih bolesti

Subota, 1. listopada 2016.

10:00 – 13:00 **Trg bana Josipa Jelačića**, ispred Male kavane

Pokreni svoj život

Javnozdravstvena akcija **Pokreni svoj život**: saznaj svoj kardiovaskularni rizik održava se u suradnji Grada Zagreba – Gradskog ureda za zdravstvo, Zaklade “Hrvatska kuća srca“, Hrvatskog kardiološkog društva i Hrvatske udruge kardioloških medicinskih sestara.

10:00 – 13:00 Procjena kardiovaskularnog rizika - mjerenje krvnog tlaka, glukoze i kolesterola u krvi i savjetovanje građana.

10:30 do 10:45 Nordijska škola hodanja u organizaciji Zagrebačkog saveza sportske rekreacije

10:45 do 11:00 Pilates by Asja Petersen

11:00 do 13:00 Predstavljanje sportskih klubova kroz projekt Čuvari srca

- Šahovski klub “STJEPAN BOSAK”
- HRVAČKI KLUB HERKUL
- Gimnastički klub “Trešnjevka”
- KARATE KLUB LOTOS
- ZAGREBAČKA JUDO ŠKOLA
- ZAGREBAČKA TAEKWONDO ŠKOLA
- ŽKK MEDVEŠČAK
- Klub australskog nogometa (KAN) Zagreb Hawks

Nedjelja, 2. listopada 2016.

09:00 **25. svjetski dan pješaćenja**

U suradnji Grada Zagreba, Zaklade Hrvatska kuća srca, Gradskog društva Crvenoga križa, Zagrebačkog saveza sportske rekreacije i Društva športske rekreacije Aktivan život

Program pješaćenja: RUTA (Šestinski lagvić – Grafičar – Dom Crvenog križa)
– voditelji DŠR Aktivan život

11.30 – 13.00 Sportsko rekreativni i zabavni program

Sport za sve radionice

1. Vježbe za zglobove – Udruga "Snaga pokreta"
2. Plesne vježbe – SRD "Nixa" –
3. Prikaz nordijskog hodanja sa metodičkim vježbama – Sport za sve
4. Bachata ples – Plesna grupa "Davorko" –

12:30 – 13:30 Zdravi obrok u Domu Crvenoga križa

Aktivnosti u organizaciji Doma zdravlja Zagreb Istok

	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja	Mjesto održavanja	Provoditelji
1.	„Dan otvorenih vrata“ Doma zdravlja Zagreb–Istok – kontrola zdravlja mjerenjem krvnog tlaka, GUK–a, podjela zdravstvenih letaka i savjetovanje o smanjenju soli i zdravim stilovima življenja	27. rujna 2016. 8.00 – 15.00 sati	Zdravstvene stanice: Ivanićgradska 38, Ninska 10, Grižanska 4	Patronažne sestre
2.	Predavanje za stanovništvo u lokalnoj zajednici na temu: „Kako sačuvati zdravo srce?“	29. rujna 2016. 10.00 – 12.00 sati	Zdravstvena stanica Zdeslava Turića 1 Borovje	Predavači: Matea Jakovljević i Veronika Kolić, patronažne sestre
3.	Radionica: Edukacija o prevenciji kardiovaskularnih bolesti individualno savjetovanje, mjerenje krvnog tlaka i GUK–a, podjela zdravstveno–odgojnih letaka o zdravlju.	29. rujna 2016. 8.00 – 15.00 sati	Zdravstvena stanica Švarcova 20, Maksimir	Patronažne sestre
4.	Javnozdravstvena preventivna akcija povodom obilježavanja „Svjetskog dana srca“ uz aktivnosti:	3. listopada 2016. 9. 00 – 13. 00 sati	Shopping centar „Garden Mall“	Patronažne sestre

	–mjerjenje krvnog tlaka i GUK–a, određivanje ITM, savjetovanje o prehrani i zdravom načinu života			
5.	Radionica: Edukacija o prevenciji kardiovaskularnih bolesti individualno savjetovanje, mjerenje krvnog tlaka i GUK–a, podjela zdravstveno-odgojnih letaka o zdravlju.	4. listopada 2016. 8. 00 – 15.00 sati	Zdravstvena stanica: Ivanićgradska 38	Patronažne sestre
6.	Predavanje za stanovništvo u lokalnoj zajednici na temu: „Tjelesna aktivnost kod bolesti srca“	6. listopada 2016. 8. 00 – 10. 00 sati	Mjesna zajednica Borongaj	Predavači: Tanja Cesar i Dijana Šekelja, patronažne sestre

Aktivnosti u organizaciji Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“

Petak, 30.09.2016. 14:00 – 19:00 sati

CCone West	
Radno vrijeme	Aktivnosti
15:00 – 19:00	mjerjenje tlaka i šećera + liječničko savjetovanje u svezi kardiovaskularnih bolest , ocjena rizika oboljenja od KVB- NZJZ dr.A.Štampar
14:00 – 16:00	Poligon djecu- Kineziološki fakultet
16:00 – 17:00	Školica (Nacrtna na podu u obliku srca)– Ccone
17:00 – 19:00	Dječja radionica – zdrava prehrana Udruga Probion

CCone East	
Radno vrijeme	Aktivnosti
15:00 – 19:00	mjerenje tlaka i šećera + liječničko savjetovanje u svezi kardiovaskularnih bolesti, ocjena rizika oboljenja od KVB – NZJZ dr.A.Štampar
14:00 – 16:00	Dječja radionica – zdrava prehrana - NZJZ dr.A.Štampar
16:00 – 17:00	Školica (Nacrtna na podu u obliku srca)-CCone
17:00 – 19:00	Poligon- Kineziološki fakultet

Subota, 01.10.2016. 11:00 – 19:00 sati

CCone East	
Radno vrijeme	Aktivnosti
11:00 – 15:00	Mjerenje tlaka, šećera i kolesterola + liječničko savjetovanje u svezi kardiovaskularnih bolesti, ocjena rizika oboljenja od KVB – NZJZ dr. A. Štampar
11:00 – 13:00	Dječja radionica – zdrava prehrana– NZJZ dr.A.Štampar
13:00 – 14:00	Školica (Nacrtna na podu u obliku srca) – CCone
15:00 – 16:30	Nutricionističko savjetovanje– NZJZ dr. A. Štampar
17:00 – 18:00	Hula–Hup – Udruga Happy Hoop
11:00 – 15:00	Mjerenje tlaka, šećera i kolesterola + liječničko savjetovanje u svezi kardiovaskularnih bolesti, ocjena rizika oboljenja od KVB – NZJZ dr. A. Štampar
CCone West	
11:00 – 15:00	Mjerenje tlaka, šećera i kolesterola + liječničko savjetovanje u svezi kardiovaskularnih bolesti ocjena rizika oboljenja od KVB – NZJZ dr. A. Štampar
11:00 – 13:00	Poligon za djecu- Kineziološki fakultet

13:00 – 14:00	Školica (Nacrtna na podu u obliku srca)– CCone
16:00 – 18:00	Dječja radionica – zdrava prehrana– NZJZ dr. A. Štampar
17:30 – 19:00	Nutricionističko savjetovanje– NZJZ dr. A. Štampar
11:00 – 15:00	Mjerenje tlaka, šećera i kolesterola + liječničko savjetovanje u svezi kardiovaskularnih bolesti ocjena rizika oboljenja od KVB – NZJZ dr. A. Štampar

Aktivnosti u organizaciji Doma zdravlja Zagreb Centar

	Naziv aktivnosti	Vrijeme održavanja	Mjesto održavanja	Provoditelji
1.	Predavanje za medicinske sestre „Nacionalna strategija smanjena unosa soli“ i „Važnost pravilnog uzimanja tekućine za zdravlje“	14. i 21. rujna 2016. 14.30 sati	Prostorije Doma zdravlja na lokaciji Siget	Predavači: Martina Prelčec, bacc.med.techn i Irena Ban, bacc.med.techn, patronažne sestre Doma zdravlja
2.	Mjerenje parametara važnih za zdravlje srca (mjerenje tlaka, GUK–a, BMI) te edukacija o zdravim životnim navikama kao i procijene KV rizika kroz određivanje WHR (waist–hip ratio) kao značajnog pokazatelja KV rizika	26. rujna 2016. – 07. listopada 2016. 13. 30 – 15. 30 sati	Zdravstvene stanice: Runjaninova, Martićeva, Novi Zagreb, Trnje, Grgura Ninskog	Liječnici obiteljske medicine i patronažne medicinske sestre

