

9. Europski tjedan sporta i Svjetski dan srca obilježeni su u Međimurskoj županiji „BeACTIVE satom tjelesne i zdravstvene kulture na otvorenom“ i FlashMOVE plesnim događajem te drugim edukativnim sadržajima, a uključilo se gotovo 1000 sudionika

U sklopu 9. po redu Europskog tjedna sporta i Svjetskog dana srca, 29. rujna 2023. godine, na Trgu Republike u Čakovcu, bio je održan sat tjelesnog na otvorenom te zajednički ples svih sudionika u kojem je sudjelovalo više od 800 učesnika, dok se u edukativne sadržaje uključilo oko 200 osoba. Najbrojniji sudionici bili su učenici međimurskih osnovnih i srednjih škola te djeca vrtičke dobi, a odazvalo se i puno udruga građana, brojni slučajni prolaznici te predstavnici medija. Tjedan dana prije, odnosno 21. rujna, događaj je bio najavljen na Konferenciji za medije koja se održala u Zavodu za javno zdravstvo Međimurske županije. Na konferenciji su bili najavljeni i drugi događaji koje smo organizirali u sklopu ovogodišnjeg Europskog tjedna sporta u Međimurju.

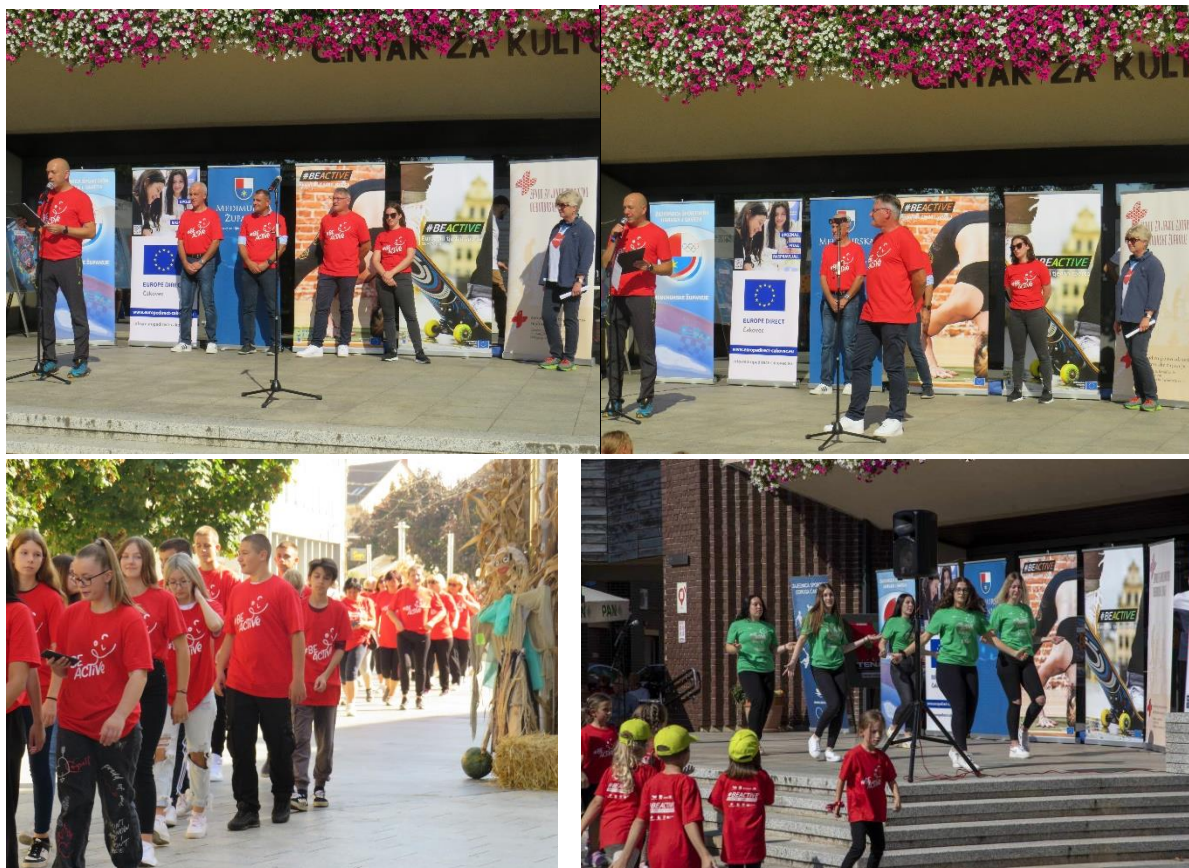


Konferencija za
medije
21.09.2023.g.,
Zavod za javno
zdravstvo
Međimurske
županije

Događaj su organizirali Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, EUROPE DIRECT Čakovec, Zajednica sportskih udruga Čakovca, Školski preventivni programi osnovnih i srednjih škola i Stručni aktiv profesora tjelesne i zdravstvene kulture. Akciji su se aktivno priključili Gimnastički klub Marijan Zadravec Macan, Ljekarna Čakovec i Gradsko društvo Crvenog križa Čakovec te voditeljica Stručnog aktiva profesora tjelesne i zdravstvene kulture prof. Željka Podgorelec-Sirc, koja je predvodila zajedničko zagrijavanje svih sudionika.



Djelatnici Ljekarne Čakovec predvođeni ravnateljicom magistrom farmacije Andrejom Knežević te magistrom farmacije Dinom Mesarek, provodili su analizu sastava tjelesne mase, radionicu o ispravnom mjerenju krvnog tlaka te mjerenje krvnog tlaka svim zainteresiranim osobama te su potom, zajedno s Petrom Vlah Zrna, dr.med. savjetovali sudionike o važnosti pravilne prehrane, redovite tjelesne aktivnosti, redovitom uzimanju terapije te drugim važnim čimbenicima zdravog stila života, neophodnim za unapređenje zdravlja te prevenciju i kontrolu kardiovaskularnih i drugih kroničnih bolesti. Interes je bio iznimno velik, odazvalo se oko 150 osoba, a krvni tlak su izmjerili i županu Međimurske županije, ravnatelju Županijske bolnice Čakovec i brojnim drugim osobama, a podijeljeno je i mnoštvo edukativnih materijala.



Program je započeo prigodnim pozdravima organizatora i pokrovitelja. U ime organizatora svim sudionicima skupa se obratila ravnateljica Zavoda prim. Marina Payerl-Pal, a potom su se sudionicima obratili i predsjednik Gradskoga vijeća Grada Čakovca Josip Varga, voditeljica EUROPE DIRECTA ČAKOVEC Marija Stanković, mag. sociologije, poznati međimurski sportaš Branko Zorko te župan Međimurske županije Matija Posavec, dok je program moderirao Tomica Jakopec, tajnik zajednice sportskih udruga Grada Čakovca. Akciji su se odazvali i brojni djelatnici Županijske bolnice Čakovec s ravnateljem dr. Igorom Šegovićem, glavna sestra Doma zdravlja Čakovec magistra sestrinstva Irena Mađarić Tuksar i ravnateljica Zavoda za hitnu medicinu Međimurske županije Vladimira Križaj Grabant, dipl.ur te brojni drugi.

Nakon uvodnih govora, uslijedilo je zajedničko zagrijavanje svih sudionika (program aerobika) koje je predvodila prof. Željka Podgorelec-Sirc, a potom je uslijedio program vježbanja koje su pripremili treneri Gimnastičkog kluba Marijan Zdravec Macan. Točno u podne, uslijedio je ples svih sudionika na zajedničku koreografiju. Predvodnici Plesne koreografije su bili učenici Srednje škole Čakovec, predvođeni Đurđicom Hlapčić, mag.med.techn., zajedno s ostalim djelatnicima škole, plesnu koreografiju je pripremila Karmen Kovačević Jambor, trenerica Plesnog studija Vivona, dok su učenici Graditeljske škole Čakovec s profesorom Ivanom Čondorom realizirali foto i video dokumentaciju događaja.

Tijekom zajedničkog vježbanja na Trgu Republike te ulicama centra Čakovca, volonteri Gimnazije Josipa Slavenkog Čakovec predvođeni profesoricom Ivanom Šimunić dijelili su edukativne letke i afirmativne poruke, kako bi potaknuli sudionike da što više nauče o svom srcu. Alenka Novak i David Kanižaj, volonteri Gradskog društva Crveni Križ Čakovec održali su radionicu oživljavanja i radionicu primjene drugih postupaka koji se poduzimaju kod životno ugroženih osoba. Magistra sestrinstva Marija Prekupec, instruktorica nordijskog hodanja iz Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije je vodila Grupu za nordijsko hodaње. Grad Čakovec i Centar za kulturu Čakovec nam je pružio tehničku podršku važnu za realizaciju cijelog događaja! Puno hvala svima koji su se odazvali našoj akciji - učenicima, profesorima, udrugama, medijima i svim drugim zainteresiranim građanima.



Na satu tjelesnog i zajedničkom plesu sudjelovali su učenici iz 10 osnovnih škola te iz Centra za odgoj i obrazovanje Čakovec, naravno predvođeni profesorima tjelesne i zdravstvene kulture, stručnim suradnicima, pedagogima, ravnateljima. Od osnovnih škola, sudjelovala je OŠ Pribislavec, Podturen, Štrigova, Kotoriba, Belica, Mala Subotica, Mursko

Središće, Sveti Martin na Muri te I. i III. Osnovna škola Čakovec, a sudjelovala su i djeca i DV Cipelica i Dječjeg vrtića Cvrčak sa svojim odgajateljima. Sjajan je bio i odaziv srednjih škola – uključile su se Gospodarska škola Čakovec, Srednja škola Čakovec, Gimnazija Josipa Slavonskog Čakovec, Ekonomska škola Čakovec, Graditeljska škola Čakovec i Tehnička škola Čakovec. U plesu su sudjelovali i članovi nekoliko udruga građana – Udruge građana Garduža Gardinovec, Udruge žena Strahoninec i Šenkovec, članovi Udruge umirovljenika Čakovec, članovi Grupe za nordijsko hodanje Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije kao i brojni zaposlenici Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije, zaposlenici Međimurske županije, Županijske bolnice Čakovec, Doma zdravlja Čakovec i Zavoda za hitnu medicinu Međimurske županije.



Pokrovitelji manifestacije su Međimurska županija i Grad Čakovec, Ministarstvo turizma i sporta, HDS – ZAMP, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije i Hrvatski zavod za javno zdravstvo, a sponzori i donatori su Međimurske vode d.o.o, Međimurje-plin d.o.o., Eko Međimurje d.d., Međimurje PMP d.o.o. i Voćarstvo Šarčević! Zahvaljujući svima njima, za cijeli događaj osigurano je 900 promotivnih majica, jabuke i voda za piće.

Više o samom događaju i drugim aktivnostima Europskog tjedna sporta u Međimurju dostupno je na web <https://www.zzjz-ck.hr/vijesti/> i facebook stranici našega Zavoda <https://www.facebook.com/zzjzck/>, te u drugim tiskanim i elektronskim medijima u Međimurju i šire.

I ovom prigodom, još jednom svima zahvaljujemo na dolsku i podršci.

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

dr. Marina Payerl-Pal

Koordinatorica obilježavanja Europskog tjedna sporta u ZZJZ Međimurske županije
Renata Kutnjak Kiš, dr.med., spec. epidemiolog