

PROJEKT: „Trka za srce“ – Opatija, 29. rujna 2013.

ORGANIZATORI: Grad Opatija, Thalassotherapia Opatija, Ugostiteljska škola Opatija, Riječki športski sveučilišni savez

SUORGANIZATORI: Radna skupina za prevenciju i rehabilitaciju u kardiologiji HKD-a, Turistička zajednica Opatija, MUP Opatija, Crveni križ Opatija

MJESTO I VRIJEME PROVEDBE PROJEKTA: Opatija, 29. rujna 2013.; ukupno trajanje: 09:00-16:00h; start utrke: 10:00h, start turnira i ostalih popratnih aktivosti: 11:00h

KLJUČNE RIJEČI: tjelesna aktivnost, zdrava prehrana, promocija zdravog života, srce, humanitarna djelatnost

TEMELJNE ODREDNICE PROJEKTA:

- Obilježavanje Svjetskog dana srca
- Obilježavanje Dana policije
- Promocija sporta i tjelesnog vježbanja
- Donacija sredstava prikupljenih prodajom majica i od sponzora u humanitarne svrhe
- Promocija projekta „Shema školskog voća“
- Promocija Zdravstvenog odgoja, a posebno modula „Živjeti zdravo“
- Promocija projekta Ugostiteljske škole Opatija „(U)gosti na doručku“

OPIS PROJEKTA



Tjelesna aktivnost danas je prepoznata u Europi i svijetu kao jedan od prioriteta u promociji zdravog načina života. Organizacije na međunarodnoj razini (Europska komisija, HEPA Europe (European network for the promotion of health-enhancing physical activity), Svjetska zdravstvena organizacija), ali jednako i one na nacionalnoj (Vlada RH, Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta, Ministarstvo zdravlja) u svojim strateškim dokumentima posvećuju veliku pažnju širenju razumijevanja i edukaciji o potrebi bavljenja rekreativnim sportom.

Projekt „Trka za srce“ usmjeren je na sve dobne skupine, a **osnovna poruka koju promovira je da svatko od nas može jednostavno i učinkovito utjecati na svoje zdravlje kroz tjelesnu aktivnost koja traje samo pola sata dnevno.**

Zdrava prehrana je, uz tjelesnu aktivnost, drugi važan faktor koji se najčešće povezuje s poimanjem zdravog života. Tako će se u sklopu projekta održati niz popratnih aktivnosti (9) koji između ostalog uključuju promociju udruga povezanih sa sportom, zdravstvom i zdravom prehranom, promociju projekta Ugostiteljske škole Opatija “(U)gosti na doručku”, promocija projekta “Shema zdravog voća”, a za sve sudionike utrke biti će osigurano voće i voda.

Kao što se može razaznati iz naziva projekta, srce predstavlja “highlight” motiv projekta. “Trkom za srce” i nizom popratnih događaja želimo osvijestiti javnost o rizicima i važnosti preventivnih mjera u sprječavanju bolesti srca.

CILJEVI PROJEKTA:

- Promovirati zdrav način života koji prije svega uključuje zdravu prehranu i tjelesnu aktivnost
- Educirati javnost o pozitivnim učincima tjelesne aktivnosti u sprječavanju kardiovaskularnih bolesti
- Razvijati, podržavati i promicati učinkovite strategije i multidisciplinarne pristupe u promicanju zdravog života i tjelesne aktivnosti



- Zajedno s drugim relevantnim institucijama i organizacijama surađivati na unaprjeđenju i koordinaciji programa koji potiču tjelesnu aktivnost na svim razinama obrazovnog sustava te u javnim institucijama i upravnim strukturama Republike Hrvatske

KORISNICI PROJEKTA (profil i njihov broj)

- 2.000 – 4.000 sudionika svih dobnih skupina uključujući djecu vrtićke dobi, osnovnih i srednjih škola te studente fakulteta Sveučilišta u Rijeci

DETALJAN PLAN IZVOĐENJA AKTIVNOSTI:

1) Trka za srce (radni naziv)

- Opis: središnji događaj projekta u koji će se, uz okupljenje građane uključiti i poznate osobe i sportskog, estradnog i političkog života. Osnovna poruka je širenje svijesti o utjecaju kretanja na sprječavanje kardiovaskularnih bolesti.
- Start: 10:00h
- Ruta: Sportska dvorana Opatija – Slatina – 1.800m
- Organizacija: MUP Opatija, Riječki športski sveučilišni savez, Grad Opatija, Turistička zajednica Opatija

2) Turnir u uličnoj košarci

- Opis: natjecanje u košarci 3x3 po kategorijama: osnovna škola, srednja škola i fakulteti, građani
- Start u 11:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Grad Opatija, Riječki športski sveučilišni savez

3) Turnir u odbojci na pijesku



- Opis: natjecanje u odbojci na pijesku u sljedećim kategorijama: osnovne škole, srednje škole i fakulteti, građani
- Start: 11:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Riječki športski sveučilišni savez, Grad Opatija

4) Promocija udruga povezanih sa sportom, zdravstvom i zdravom prehranom

- Opis: edukacija cjelokupnog stanovništva o rizičnim faktorima koji utječu na razvoj bolesti srca te općenito o pozitivnim učincima zdravog načina života
- Start: 10:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Grad Opatija, MUP Opatija, Thallassoterapia Opatija, Ugostiteljska škola Opatija, Turistička zajednica Opatija, Crveni križ Opatija

5) Mjerenje tlaka

- Opis: besplatno mjerenje tlaka za stanovništvo
- Start: 12:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Grad Opatija, Crveni križ Opatija, Thallassoterapia Opatija

6) Prodaja majica

- Opis: prodaja majica i ostalih promotivnih materijala (kape, šalice) s vizualnim simbolima „Trke za srce“ te donacija prikupljenih sredstava u humanitarne svrhe
- Start: 08:00h
- Lokacija: SD Opatija, trg ispred SD Opatija, Slatina
- Organizacija: svi

7) Promocija projekta „Shema školskog voća“



- Opis: Republika Hrvatska će po principima Europske unije od 2013. godine provoditi Shemu školskog voća kao mjeru koja bi trebala pridonijeti povećanju potrošnje voća i povrća kod djece u nižim razredima osnovne škole. Osnovni ciljevi mjere su promoviranje i oblikovanje zdravih prehrambenih navika školske djece te podizanje razine svijesti o važnosti voća i povrća u pravilnoj prehrani.
- Start: 11:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Ugostiteljska škola Opatija

8) Promocija Zdravstvenog odgoja i modula „Živjeti zdravo“

- Opis: Modul "Živjeti zdravo" ukazuje na važnost zdrave prehrane i stjecanja pozitivnih navika osobne higijene kao preventive za pretilost i nezdravi način života
- Start: 11:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Ugostiteljska škola Opatija

9) Obilježavanje Dana policije

- Opis: uloga policije u svakodnevnom životu građana
- Start: 11:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: MUP Opatija, Grad Opatija

10) Promocija projekta Ugostiteljske škole Opatija „(U)gosti na doručku“

- Opis: promocija doručka kao najvažnijeg dnevnog obroka
- Start: 12:00h
- Lokacija: Slatina
- Organizacija: Ugostiteljska škola Opatija