NOVICE

Šola zdravja

Društvo Šola zdravja je nevladna organizacija, ki združuje ljudi z namenom izvajanja **jutranje vadbe na prostem** v vseh letnih časih. Z redno vadbo »**1000 gibov**« krepimo telo in duha, širimo krog znancev, pridobivamo nove prijatelje in se prek društva vključujemo v lokalne dogodke. Društvo Šola zdravja skrbi tako za fizično in psihično zdravje posameznika kot tudi za socializacijo, ki je pomemben dejavnik za kakovost življenja.

Skrbijo za spodbujanje rednega gibanja in telesne vadbe, ohranjajo zdravje za dolgo samostojno življenje, povečujejo delež gibalno aktivnega prebivalstva, vračajo voljo do življenja osamljenim in starejšim osebam, krepijo psihofizično kondicijo starejših, preprečujejo potek kroničnih bolezni ter prispevajo k zmanjšanju tveganja za razvoj depresivnih in anksioznih motenj.

Prepoznavni znak je oranžna barva in razgibavanje vsako jutro (razen nedelje in praznikov) ob 7.30 zunaj na prostem, v bližini vašega doma v vseh letnih časih. Razgibavajo nas usposobljeni prostovoljci s pomočjo strokovno izobraženega kadra.

Društvo Šola zdravja si prizadeva jutranje razgibavanje pripeljati v vsak kraj, vas in naselje povsod po Sloveniji. Tako **spodbujamo ljudi k boljši skrbi za zdravje in medsebojno povezovanje.**

Več informacij dobite na https://solazdravja.com/

(tekst in foto: Društvo šola zdravja)

OBJAVLJENO, EN DAN NAZAJ

Občina Miren-Kostanjevica

Pošlji e-pošto avtorju

OSTALE OBJAVE AVTORJA

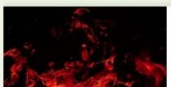
06 OKT 2022

Akcija zbiranja in odstranjevanja nevarnih in kosovnih odpadkov iz

Občina Miren - Kostanjevica

13.31–18.00

AKTUALNO NA MOJAOBCINA.SI



MIREN-KOSTANJEVICA

Pod Ceriem se

Objave so namenjene interni uporabi v skladu z odločbami ZASP in se brez soglasja imetnika pravic ne smejo prosto razmnoževati in distribuirati!