

FESTIVAL ZDRAVJA

Zdravi začetki,
svetla
prihodnost

7.–11. april 2025

Nova Gorica

Program prireditev ob
svetovnem dnevu zdravja

Svetovni dan zdravja poteka vsako leto 7. aprila in zaznamuje obletnico ustanovitve Svetovne zdravstvene organizacije leta 1948. Letos poteka pod geslom »Zdravi začetki, svetla prihodnost« in kakor zadnjih nekaj let ga bomo obeležili s Festivalom zdravja, ki bo potekal na različnih lokacijah po mestu.

Vljudno vabljeni, da se nam pridružite na številnih dogodkih!

UVOD V FESTIVAL ZDRAVJA

VIVICITTÀ · POŽIVIMO MESTI

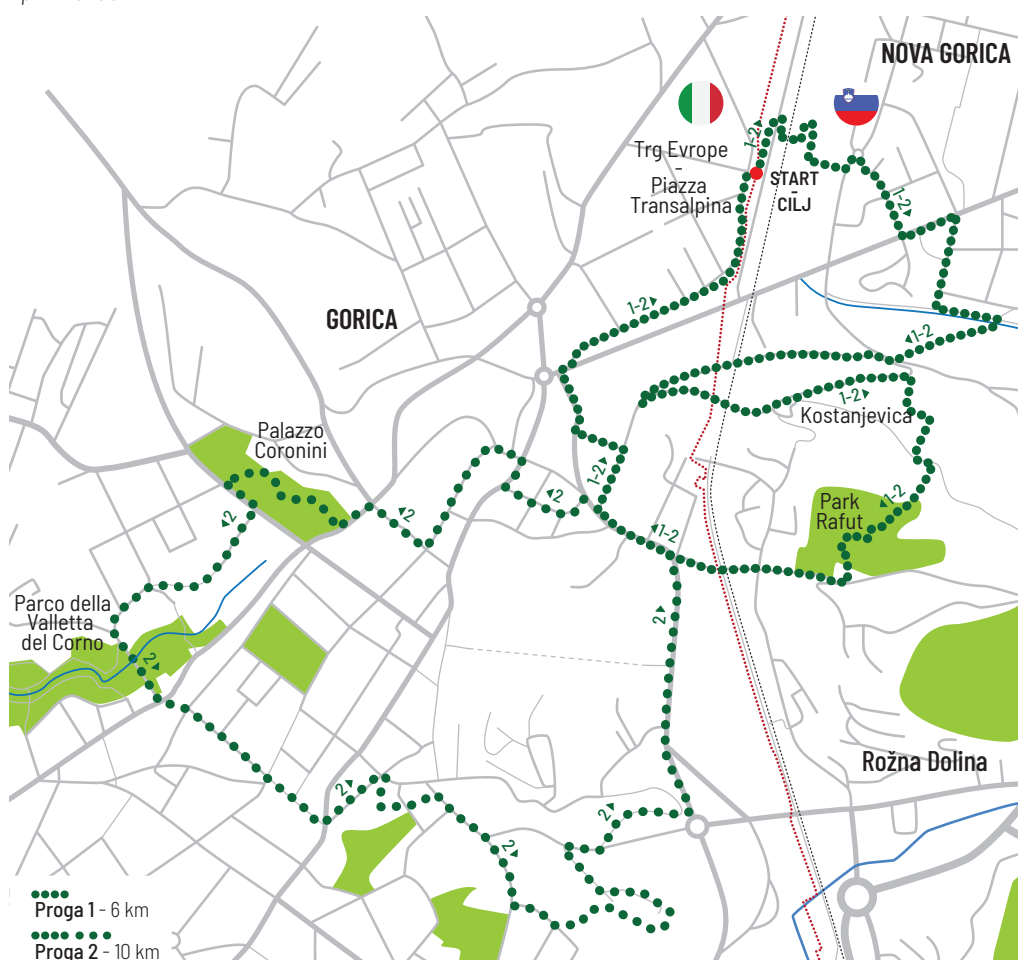
nedelja, 6. april, start ob 9.30 (zbor od 8.30 dalje)

Start in cilj: Trg Evrope - Piazza Transalpina

Športna prireditev, ki sočasno poteka po več krajih v Evropi, je v Novi Gorici in Gorici obarvana s sožitjem med dvema mestoma, ki ležita tik ob meji. Letošnja izvedba se bo začela in končala na prenovljenem Trgu Evrope, na skupnem trgu obeh mest. Pohod se navezuje na starejšo tradicijo čezmejnih prireditev in športno povezuje mesti, hkrati pa ozavešča o pomenu rekreacije in zdravega okolja.

Organizator: UISP, Športna zveza Nova Gorica, ZSSDI, Gruppo sportivo Marathon, Športno društvo Mark, Fundacija za šport, Javni zavod za šport Nova Gorica

Vpisnina: 5€



SEJEM ZDRAVJA NA BEVKOVEM TRGU

sreda, 9. april, med 10. in 16. uro

V primeru slabega vremena bo prireditev v ponedeljek, 14. aprila 2025, po predvidenem programu.

PROGRAM

- 10.00 NAGOVOR ŽUPANA MESTNE OBČINE NOVA GORICA IN PREDSTAVNIKOV OSTALIH ORGANIZATORJEV**
- 10.15 PRISTOP NOVEGA AMBASADORJA PROGRAMA SVIT**
Organizator: NIJZ OE Nova Gorica
- 10.30 PREDSTAVA ZA OTROKE GLEDALIŠČA KU-KUC**
Organizator: Mladinski center Nova Gorica
- 11.00 PRIKAZ TELOVADBE 1000 GIBOV**
Organizator: Društvo Šola zdravja
- 11.30 PLESNA TOČKA DRUŠTVA ZA OSTEOPOROZO**
Mentorica **Sara Mlakar**
Organizator: Goriško društvo za osteoporozo Nova Gorica
- 12.00 KOGNITIVNE IGRICE**
Organizator: Društvo GO-Spominčica
- 12.30 PRIKAZ VADBE STAREJŠIH**
Organizator: Javni zavod za šport Nova Gorica
- 13.00 PEVSKA IN PLESNA TOČKA**
Organizator: Društvo upokojencev Nova Gorica

Na stojnicah se bodo predstavljale javne in nevladne organizacije, ki delujejo na področju zdravja. Obiskovalce bodo seznanjale s svojim delom in poslanstvom ter izvajale številne aktivnosti: meritve krvnega tlaka, sladkorja in holesterola, bioresonančne meritve, masaže in drugo. Predstavljeni bodo tudi preventivni ukrepi za preprečevanje bolezni in presejalni programi Dora in Svit.

Pridružite se nam na Sejmu zdravja in se spoznajte z organizacijami, ki na Goriškem in širše skrbijo za zdravje in dobrobit skupnosti.

BONÚ masažni studio, Bor Miška s.p.

Center Podaj Roko, psihoterapija in svetovanje

Center Revitalizacije telesa, uma in duha d.o.o.

Center za socialno delo Severna Primorska, Enota Nova Gorica, Dnevni center Žarek

Dom na Krasu – območje Goriška

Dom upokojencev Nova Gorica

Društvo gluhih in naglušnih Severne Primorske

Društvo GO-Spominčica za pomoč pri demenci Severnoprimske regije

Društvo ko-RAK.si

Društvo ledvičnih bolnikov Severnoprimske regije Šempeter pri Gorici

Društvo Projekt Človek, Sprejemni center Piran – dislocirana enota Nova Gorica

Društvo psoriaticikov Slovenije

Društvo Šola zdravja, skupina Nova Gorica

Društvo Šola zdravja, skupina Solkan

Društvo za fibromialgijo, skupina za samopomoč Goriška

Društvo za kronično vnetno črevesno bolezen (KVČB), Sekcija goriške regije

Društvo za zdravo življenje Nova Gorica

Goriško društvo za osteoporozo Nova Gorica

Javni zavod za šport Nova Gorica

Liga proti epilepsiji Slovenije – Skupina za samopomoč Iskrice Nova Gorica

Medobčinsko društvo prijateljev mladine za Goriško

Mladinski center Nova Gorica

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ), OE Nova Gorica

NU-VOLA, sprostivni lab

Ozara Slovenija, Nacionalno združenje za kakovost življenja, Enota Nova Gorica

Program Skupnost Srečanje – Zavod Pelikan – Karitas

Rdeči križ Slovenije – OZ Nova Gorica

Slovensko društvo Hospic

Slovensko združenje za preprečevanje samomora,

Center za psihološko svetovanje Posvet

Splošna bolnišnica »dr. Franca Derganca« Nova Gorica

ŠENT – slovensko združenje za duševno zdravje

· Dnevni center za uporabnike prepovedanih drog Nova Gorica

· Dnevni varna soba

· Dnevni center za ljudi s težavami v duševnem zdravju Nova Gorica

Športna zveza Nova Gorica

VESELA SOBA – Društvo Slovenska Organizacija za Bivanje z Avtizmom

Zdravstveni dom – Osnovno varstvo Nova Gorica

· Centra za krepitev zdravja Nova Gorica

· Patronažna služba Nova Gorica

Zdravstveni dom – Zobozdravstveno varstvo Nova Gorica

· Vzgoja za ustno zdravje

Zveza klubov zdravljenih alkoholikov Slovenije

NEDELJA

6. april

VIVICITTÀ - POŽIVIMO MESTI

Organizator: UISP, Športna zveza Nova Gorica, ZSSDI, Gruppo sportivo Marathon, Športno društvo Mark, Fundacija za šport, Javni zavod za šport Nova Gorica

start 9.30 (zbor od 8.30)

Trg Evrope -
Piazza Transalpina

PONEDELJEK

Stavba NOVA,
Kidričeva ulica 11

9.00

Kaj »mora« moški vedeti o sebi, predavanje
Predava Peter Černe.

9.00

Brezčasne boginje – jutranja vadba za ženske
Vodi Barbara Lemut.

10.00

Meritve krvnega sladkorja, maščob v krvi, krvnega tlaka, analiza telesne mase, testiranje telesne pripravljenosti, SVIT podpora
Izvajata tim CKZ.

14.00

Ogled novih prostorov centra za krepitev zdravja, možnost posveta s timom CKZ

16.00

Moč sedanjega trenutka: Čuječnost za boljše življenje
Vodi Mateja Kragelj.

17.00

Rastline so koristna opora našemu zdravju
Predava Samo Kreft.

Organizator: Center za krepitev zdravja
Informacije na: tamara.kofol@zd-go.si

10.00

MEJE V ODNOSIH - ZAKAJ SO POMEMBNE?
delavnica

Na delavnici bomo spoznali, kako pomanjkanje začetnih meja vodi v odnose, v katerih smo ponižani, zlorabljeni, premalo spoštovani in zakaj kljub temu v njih vztrajamo ter kako postavljati meje brez občutka krivde. Delavnico bo vodila **Margerita Humar**, uni.dipl.soc.del. in strokovna vodja Mreža Dnevnihi centrov.

Organizator: ŠENT, Dnevni center za ljudi s težavami v duševnem zdravju - Nova Gorica
Informacije in prijave na: margerita.humar@sent.si

Center revitalizacije,
Delpinova ulica 22

PROMOCIJA ZDRAVJA V CENTRU REVITALIZACIJE

17.00

Spoznaj sebe: Fizično, eterično in astralno telo ter Jaz, predavanje

18.00

BackVIT – telovadba za hrbtenico in sklepe

19.30

Vadba za ritko – trebuh, ritka, noge

Organizator: Center Revitalizacije telesa, uma in duha, d.o.o.
Vadbe vodijo usposobljeni trenerji. Zbiranje prijav: info@c-r.si | 041 320 127

TOREK

Center revitalizacije,
Delpinova ulica 22

8.00 in 18.15

9.00

VitaVIT – celovita, lahka telovadba

10.00

BackVIT – telovadba za hrbtenico in sklepe

17.00

Telovadba za čvrstost in zdravje

19.30

PowerYoga – dinamična Joga

Organizator: Center Revitalizacije telesa, uma in duha, d.o.o.
Vadbe vodijo usposobljeni trenerji. Zbiranje prijav: info@c-r.si | 041 320 127

16.00–17.30

Stavba NOVA,
Kidričeva ulica 11

DAN ODPRTIH VRAT CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA

Meritve krvnega sladkorja in tlaka, maščob v krvi, analiza telesne mase.

Organizator: Center za krepitev zdravja
VInformacije na: tamara.kofol@zd-go.si

18.00

Društvo ko-RAK.si,
Gradnikove brigade 47

DARILO POVEZOVALNE KOMUNIKACIJE: KAKO POMEMBNO JE SLIŠATI IN BITI SLIŠAN, predavanje

Predavanje bo naslavljalno temo povezovalne in nenasilne komunikacije, ki je eden izmed glavnih stebrov na katerih stojijo odnosi, ki jih posameznik gradi s sabo in z drugimi ljudmi v življenju.

Organizator: Center Podaj Roko, psihoterapija in svetovanje
Informacije in prijave na: info@center-podaj-roko.com ali 071 484 558

SREDA

10.00–16.00

Bevkov trg

SEJEM ZDRAVJA

V primeru slabega vremena bo prireditev v ponedeljek, 14. aprila 2025.

PROMOCIJA ZDRAVJA V CENTRU REVITALIZACIJE

8.00

PowerYoga – dinamična Joga

18.00

Joga za vsakogar – enostavne vaje iz Joge

19.30

Vadba za ritko – trebuh, ritka, noge

Organizator: Center Revitalizacije telesa, uma in duha, d.o.o.
Vadbe vodijo usposobljeni trenerji. Zbiranje prijav: info@c-r.si | 041 320 127

ČETRTEK

Center revitalizacije,
Delpinova ulica 22

8.00

ToBeVIT – kako se globoko sprostiti in samozdraviti

9.00

Telovadba za čvrstost in zdravje

17.00

Kaj morata moški in ženska vedeti o sebi in o odnosu, predavanje

19.30

PowerYoga – dinamična Joga

Organizator: Center Revitalizacije telesa, uma in duha, d.o.o.
Vadbe vodijo usposobljeni trenerji. Zbiranje prijav: info@c-r.si | 041 320 127

9.00–13.00

Pritličje nove stavbe
bolnišnice v Šempetru
pri Gorici

PREDSTAVITEV PRESEJALNEGA PROGRAMA DORA

Informativni letaki in model dojke

Organizator: Splošna bolnišnica dr. Franca Derganca Nova Gorica, program Dora

10.00–15.00

Društvo Projekt Človek,
Kidričeva ulica 9

DAN ODPRTIH VRAT DRUŠTVA PROJEKT ČLOVEK

Predstavili vam bomo programe in aktivnosti v Društvu Projekt Človek v Sprejemni pisarni Nova Gorica, ki je namenjena posameznikom in njihovim svojcem, ki se soočajo s problematiko zasvojenosti.

Organizator: Društvo Projekt Človek, Sprejemni center Piran - dislocirana enota Nova Gorica
Informacije: pisarna.ng@projektclovek.si ali 041 272 376

16.00

Zlati kotichek,
Mercator center
Kromberk

MEDITACIJA – OBLIKA SAMOPOMOČI

Z UMETNOSTJO, delavnica

Oblika aktivne meditacije, s katero v 15 min pridemo v alfa stanje. Za delavnico ne potrebujete umetniškega znanja.

Organizator: Društvo za fibromialgijo, skupina za samopomoč Goriška
Informacije in prijave na: ferfolja.barbara@gmail.com

PETEK

Center revitalizacije,
Delpinova ulica 22

8.00

PowerYoga – dinamična Joga

9.30

VitaVIT – celovita, lahka telovadba

15.30

Vadba za ritko – trebuh, ritka, noge

Organizator: Center Revitalizacije telesa, uma in duha, d.o.o.
Vadbe vodijo usposobljeni trenerji. Zbiranje prijav: info@c-r.si | 041 320 127

9.00

Štart: Dom na Krasu,
območje Goriška
Ulica XXX divizije 6

SPREHOD PO POTEH DEINSTITUCIONALIZACIJE

Vabljeni na sprehod od ene do druge stanovanjske skupine na Goriškem. Sprehodili se bomo med tremi stanovanjskimi skupinami, ki so v Novi Gorici in Solkanu. Nato se bomo odpeljali še do stanovanjske skupine v Renčah, kjer bomo pripravili manjšo pogostitev in druženje. Če bi kdo potreboval prevoz, lahko organiziramo. Pri organizaciji sodelujejo uporabniki in zaposleni, dobrodošli vsi.

Organizator: Dom na Krasu – območje Goriška
Informacije in prijave na: lea.korbar@domnakrasu.si

DELAVNICE ZA MLADE

DUŠEVNO ZDRAVJE IN MLADOSTNIKI

Mladinski center Nova Gorica

Bazoviška ulica 4

Delavnice pod vodstvom **Nine Jovanovič** spodbujajo mlade k razmišljanju o duševnem zdravju in kako poskrbeti za kvalitetno zdravo duševno življenje. Namenjene so dijakom lokalnih srednjih šol.

Organizator: Mladinski center Nova Gorica

Delavnice so namenjene zaključnim skupinam znotraj šolskih programov.

GO! 2025
NOVA GORICA
GORIZIA

Organizatorji:



MESTNA OBČINA
NOVA GORICA



CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA
ZDRAVSTVENI DOM NOVA GORICA



ZDRAVSTVENI DOM
Osnovno varstvo
NOVA GORICA



ko-RAK.si
Društvo za boj proti raku
in drugim kroničnim boleznim



ŠPORTNA ZVEZA NOVA GORICA



mladinski center
NOVA GORICA



Nacionalni inštitut
za javno zdravje