



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



OTOČEC 2021

PREŽIVITE DRUŽABNO-REKREATIVNO-IZOBRAŽEVALNI TEDEN NA
OTOČCU V OSRČJU ZELENE DOLENJSKE POKRAJINE!

26. - 29. julij 2021

Hotel Šport, Otočec

Z vami bo strokovni vodja Društva Šola zdravja
Andraž Purger, prof. športne vzgoje.

Program bo pester, tako da lahko vsak najde kaj zanimivega zase. Poleg jutranje telovadbe "1000 gibov", nordijske hoje, kopanja, in sprehajanja ter različnih predavanj, bo tudi veliko druženja (spoznavni večer, vožnja s turističnim vlakcem, tombola, nočno kopanje).

Seznam predavanj:

- Računalniško opismenjevanje – torek 27. 7. 2021 ob 16h- z vami bo Brigita Grubič
- Delavnica "Dihamo z naravo" – torek 27. 7. 2021 ob 17.30 uri – z vami bo Andraž Purger
- Predavanje o zdravi prehrani – sreda 28. 7. 2021 ob 9. uri – z vami bo Janja Strašek, nutricionistka, vrhunska svetovalka za prehrano
- Delavnica "Metoda somopomoči 23+5" – sreda 28. 7. 2021 ob 17.30 uri – z vami bo Nikolay Grishin, nevrolog in manualni terapevt.

Družabno-rekreativno-izobraževalni teden na Otočcu je del nacionalnega programa [Slovenija v gibanju/Aktivno staranje](#), ki ga izvaja Športna Unija Slovenije in združuje vse športno-rekreativne prireditve in redne vadbe po Sloveniji.

VLJUDNO VABLJENI!

Društvo Šola zdravja
predsednica društva
Zdenka Katkič

<http://solazdravja.com/>

e-mail: info@solazdravja.si

davčna številka: 94506019, matična številka 4014715,
TRR DELAVSKA HRANILNICA SI56 6100 0002 4587 810