



Poročilo medijskih objav

OVERNET D.O.O.

Pripravljeno: **03.11.2017**

Pojavnost:

AKCIJA USTAVI.SE

1

USTAVI.SE

1

Ključne besede v poročilu:

AKCIJA USTAVI.SE

1

USTAVI.SE

1

2. 11. 2017 Vzajemna

Stran/Termin: 54

SLOVENIJA

Naslov: Zavod aktivna starost
Vsebina: Zavod aktivna starost je v sodelovanju z DEOS, Centrom starejših Gornji Grad, za občane občin Zgornje Savinjske doline pripravil dan odprtih vrat. Dogodek so izvedli v okviru akcije Ustavi se! Akcija opozarja na posledice prehitrega tempa življenja in nas spodbuja, da se ustavimo, pomislimo nase in omilimo

Avtor: BARBARA VIRANT
Gesla: AKCIJA USTAVI.SE, USTAVI.SE

2. 11. 2017 **Vzajemna**

Stran/Termin: 54

Naslov: Zavod aktivna starost

Naklada: 26.300,00

Avtor: BARBARA VIRANT

Površina/Trajanje: 149,41

Rubrika/Oddaja: DRUŽBENA DEJAVNOST

Žanr: POROČILO

Gesla: AKCIJA USTAVI.SE, USTAVI.SE



GORNJI GRAD

ZAVOD AKTIVNA STAROST

Zavod aktivna starost je v sodelovanju z DEOS, Centrom starejših Gornji Grad, za občane občin Zgornje Savinjske doline pripravil dan odprtih vrat. Dogodek so izvedli v okviru akcije Ustavi se! Akcija opozarja na posledice prehitrega tempa življenja in nas spodbuja, da se ustavimo, pomislimo nase in omilimo posledice stresa, hkrati pa s tem pripomoremo k pozitivnim spremembam, k spremembam, ki dvigujejo raven kakovosti našega življenja. Ob koncu akcije se je 130 starostnikov iz vse Slovenije udeležilo Aktivnega dneva, med njimi tudi deset udeležencev iz Centra starejših Gornji Grad.

Na dnevu odprtih vrat je bilo deset udeleženk, ki so z zanimanjem prisluhnile predstavitvi programa in se nato pridružile enajstim članom Aktivnega dne pri predavanju

▼ Udeleženke akcije so bile navdušene!



in vadbi. Jaka Debelak, vaditelj Aktivnega dne, jim je na zanimiv in poučen način predstavil temo *Zakaj se gibamo*. Udeleženci so z Jakovo pomočjo izvedeli veliko o gibu in o delih telesa, ki pripomorejo k samemu gibu. Po pogovoru so se tudi pošteno razgibali. Razgibali so si tako telo kot možgane (možganski fitness). Zaključku je sledila podelitev daril za udeležence in fotografiranje.

► besedilo in foto: **BARBARA VIRANT**