

Cesta za čistým vzduchem

Jihlava

Světový den bez tabáku

31. 5. 2017



zdravé město

Vstup na Bránu Matky Boží zdarma! 9.00–17.00

Přijďte a podpořte zdraví život bez kouření!

Projekt Zdravé město Jihlava a Kolmo, busem, pěšky
s jihlavskými ježky – propagace zdravého životního stylu

Parkán 9.00–15.00

měření zanesení plic CO, měření tlaku, % tělesného tuku, BMI

Kouření cigaret a jeho následky – diskuse s odborníky SZÚ, soutěže
Tvořivé dílničky pro děti – Maják – svítí pro vás, z.s.

Balonek pro děti po zdolání „Brány“!

5. 6. 2017 | 14.00–18.00

Nordic/priessnitz walkingová procházka

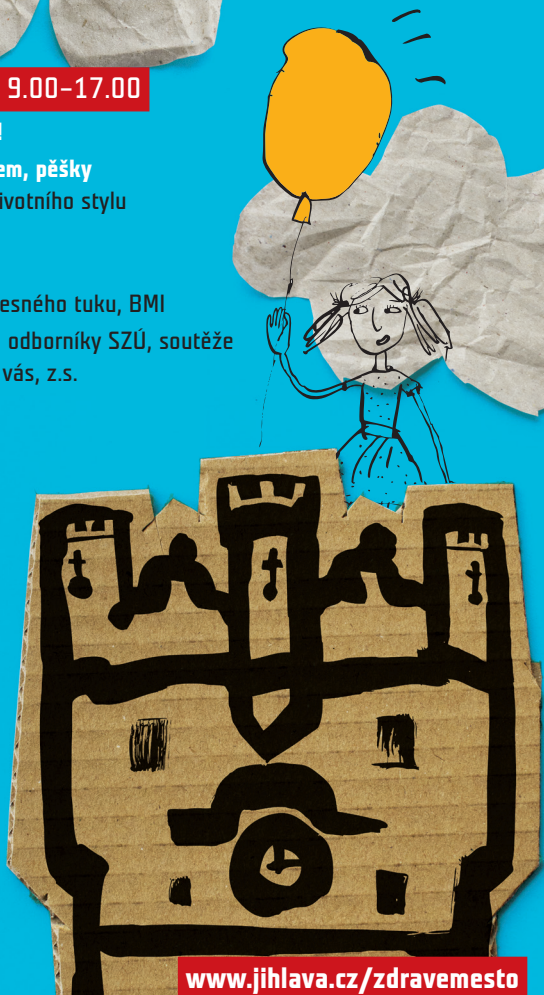
start – Masarykovo náměstí | délka trasy:

cca 8 km, nenáročný terén vhodný pro
všechny věkové kategorie bez ohledu na

fyzickou kondici | program: nastavení holí
účastníkům, rozcvička – zahřátí, instruktáž
správné techniky nordic walkingu, chůze,
zastávka – ukázka a nácvik rehabilitačního
dýchání, chůze, ochlazování dolních
končetin, strečink

pořádá Zdravé město Jihlava

informace: Ing. Soňa Krátká,
koordinátorka PZM a MA21, tel.: 565 591 822
e-mail: KOORDINATORMA21@jihlava-city.cz,
www.jihlava.cz/zdravemesto



www.jihlava.cz/zdravemesto

ekomob
čistá mobilita

Ministerstvo životního prostředí
www.mzp.cz

 STÁTNÍ FOND
ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ
ČESKÉ REPUBLIKY
www.sfpz.cz

 Kraj Vysočina
ZDRAVÝ KRAJ

 SZU
NEMOCNICE
JIHLAVA

 VŠEOBECNÁ
ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
ČESKÉ REPUBLIKY

 MAJÁK
svítí pro vás

Tento projekt je spolufinancován Státním fondem životního prostředí České republiky a Ministerstvem životního prostředí.