

Regijska prireditev ob slovenskem Tednu boja proti raku »Evropski kodeks = manj raka«

S tekom in hojo za vse generacije, opozorimo in spodbudimo prebivalce Pomurja k upoštevanju nasvetov Evropskega kodeksa proti raku.

Vabimo vas, da se nam pridružite na dogodku ob obeležitvi Tedna boja proti raku, ki ga bomo v občini Razkrižje izvedli

v soboto, 9. marca 2019, ob 15. uri v Centru Zavirje na Razkrižju,

kjer bomo, kot prispevek k varovalnim dejavnikom zdravja, organizirali skupinsko hojo, nordijsko hojo in tek po obmurski pokrajini, prilagojeno različnim ciljnim skupinam, od najmlajših do najstarejših.

Na dogodku bo predstavitev lokalnih, zdravju prijaznih izdelkov; udeleženci pa boste z žrebom, lahko deležni tudi praktičnih nagrad s področja promocije zdravega načina življenja.

Vljudno vabljeni, da z gibanjem v naravi, skupaj poskrbimo za svoje zdravje in dobro počutje.

Stanko Ivanušič
župan Občine Razkrižje
ambasador Evropskega kodeksa proti raku

Branislava Belović
predsednica Pomurskega društva za boj proti raku
predsednica RKS Območno združenje MS

EVROPSKI KODEKS PROTI RAKU

NE KADITE!

NE KADITE V NAVZOČNOSTI DRUGIH!

VZDRŽUJTE ZDRAVO, NORMALNO TELESNO TEŽO!

VSAK DAN BODITE TELESNO DEJAVNI!

PREHRANJUJTE SE ZDRAVO!

OMEJITE VSE VRSTE ALKOHOLNIH PIJAČ!

ČIM MANJ SE IZPOSTAVLJAJTE SONČNIM ŽARKOM!

NA DELOVNEM MESTU SE ZAŠČITITE PRED NEVARNIMI SNOVMI, KI POVZROČAJO RAKA!

VARUJTE SE PRED IONIZIRAJOČIM SEVANJEM!

ŽENSKE, DOJITE SVOJE OTROKE!

POSKRBITE, DA BODO VAŠI OTROCI CEPLJENI!

UDELEŽUJTE SE ORGANIZIRANIH PRESEJALNIH PROGRAMOV!

Zdrav način življenja



za vse



RKS OBMOČNO ZDRUŽENJE
MURSKA SOBOTA



POMURSKO DRUŠTVO
ZA BOJ PROTI RAKU



OBČINA RAZKRIZJE

DOBER TEK
Slovenija

Nacionalni program o prehrani in telesni
dejavnosti za zdravje 2015–2025



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Projekt sofinancira
Ministrstvo za zdravje RS