

## Poziv na predavanje

zadovoljstvo nam je pozvati sve zainteresirane nastavnike, suradnike i studente na predavanje pod nazivom:

### **„Kineziološka rekreacija u svakodnevici osoba starije životne dobi“**

koje će održati

**Nikola Turk, prof. kineziologije**

Predavanje će se održati na Medicinskom fakultetu

**27.4.2017. (četvrtak) u 15.00 sati**

u Predavaonici br 1

Jedna od javnozdravstvenih mjera i akcija za održavanje **zdravlja osoba starije životne dobi** u 21. stoljeću je i podizanje fizičke kondicije uz pomoć organiziranih vježbi i aktivnosti, u čemu prof. Turk ima višegodišnje iskustvo u Domovima za starije i nemoćne, Udrugama, Centrima i Maticama umirovljenika. Istraživanja pretežno na ženama i znatno manjem broju umirovljenika starijim od 65 godina, dokazala su da je tjelesna aktivnost, zajedno s društveno korisnim aktivnostima, odlična kombinacija koja smanjuje rizik od prerane smrti. Tijekom uvođenja i provedbi sportske rekreacije zaključeno je, da su mješoviti programi najbolje prihvaćeni. Više o iskustvu uvođenja programa sportske rekreacije za osobe starije životne dobi bit će prezentirano na predavanju. Predavanje se održava kao nastavak intervencija u okviru EU projekta Urban Health Centres.