



GO-SLO-EU



MESTNA OBČINA NOVA GORICA
TRG EDVARDA KARDELJA 1
5000 NOVA GORICA

TEL.: +386 (0)5 335 01 41
FAX: +386 (0)5 302 12 33

Oddelek za
okolje, prostor
in javno
infrastrukturo

EVROPSKI TEDEN MOBILNOSTI
16-22 SEPTEMBER 2019



VABILO

na delavnico »Ostanimo mobilni - GREMO PEŠ« v sredo, 18. 9. 2019 od 9.00 do 12.00 v veliki sejni dvorani Mestne občine Nova Gorica

V povezavi z letošnjim sloganom Evropskega tedna mobilnosti »GREMO PEŠ« smo pripravili tudi letos delavnico, ki je namenjena predvsem starejši skupini prebivalcev, ki so največkrat udeleženi v prometu kot pešci. Na tej delavnici želimo posebej izpostaviti njihovo odvisnost od kakovostne infrastrukture za hojo, ki lahko omogoča udobno življenje brez avtomobila in pripomore k boljši telesni pripravljenosti ter zmanjšuje nevarnosti za bolezni.

Dnevni red:

9.00 – 9.15: **Uvod, pomen trajnostne mobilnosti in ETM**

Vanda Mezgec, Mestna občina Nova Gorica,

9.15 – 10.15: **Hoja - ključna gibalna spretnost,**

Urban Praprotnik, strokovnjak s področja gibanja. Na predavanju bo predstavil, zakaj je hoja nenadomestljivo gibanje za našo naravno nego pri krepitvi in ohranjanju zdravja.

Poučil nas bo tudi o ključnih vidikih boljše hoje.

10.15 – 10.45: **Kazimirin in Helenin pristop do gibanja**

Jasmina Kozina Praprotnik, kulturna antropologinja in avtorica knjig o dveh izjemnih ženskah, Heleni Žigon in Kazimiri Lužnik Nanut. Na predavanju bo predstavila, kako je redno gibanje vplivalo na njuno kvaliteto življenja in kaj o hoji pravijo zgodovinske osebnosti.

10.45 – 11.45 **Nordijska hoja kot varna in učinkovita telesna aktivnost za vse generacije, predstavitev in praktični prikaz.**

Barbara Lemut, dipl. fiziot., Center za krepitev zdravja Nova Gorica

Vabljeni!

Pripravila:

Vanda Mezgec

Koordinatorica akcije Evropski teden mobilnosti



VODJA ODDELKA
Nataša Ipavec



OBVESTILO O SNEMANJU IN FOTOGRAFIRANJU DOGODKA

Na dogodku bo z namenom promocije dogodka, organizacije in poročanja o dogodku potekalo fotografiranje in snemanje. Fotografije in posnetki se bodo nanašali na dogodek na splošno in ne na posamezne udeležence. Mestna občina Nova Gorica posnetke shranjuje trajno. Prireditve bodo pokrivali tudi lokalni in okoliški mediji.