Rijeka, 3. prosinca 2019. godine

**NAJAVA DOGAĐANJA**

**Zdravstvena radionica prevencije zaraznih bolesti za umirovljenike u sklopu projekta Rispekt**

**U srijedu 4.12.2019. u 16 sati u Klubu umirovljenika Potok u Rijeci, održat će se radionica “Koje su plave, a koje crvene?”, posljednja u sklopu projekta Rispekt - jačanje i reintegracija marginaliziranih osoba treće životne dobi.** Projekt Rispekt, koji se provodi uz potporu sudioničkog programa Civilne inicijative u sklopu projekta Europske prijestolnice kulture, umirovljenicima je u 2019. godini ponudio stručne savjete za određene zdravstvene i psihološke probleme

Radionica **“Koje su plave, a koje crvene?”** namijenjena je umirovljenicima koji žele spriječiti pojavu zaraznih bolesti, a vodit će ju studentica medicine Maja Mrak koja će zainteresiranim polaznicima dati preporuke za brigu o vlastitom zdravlju, jačanju imuniteta i zaštiti od aktualne gripe.

Na susret su pozvani svi članovi Kluba umirovljenika, a dobrodošli su i drugi zainteresirani građani. **Uoči same radionice u svrhu individualnog informiranja građana, istoga dana od 9 do 12 sati u Klubu umirovljenika Centar održat će se i besplatno mjerenje očnog tlaka.**

Projekt Rispekt nastao je kao suradnja Udruge umirovljenika Rijeke i volontera različitih struka u želji da se članovima klubova umirovljenika osigura lakši pristup stručnom savjetu i vodstvu za pojedine zdravstvene probleme i pitanja obiteljskog života. Projekt je prilagođen građanima treće životne dobi s određenom vrstom poteškoće iz spektra logopedskog, psihološkog, fizioterapeutskog ili medicinskog polja djelovanja.

**U sklopu projekta Rispekt u 2019. godini je održan niz aktivnosti u klubovima umirovljenika Rijeke:**

* tromjesečni program uz vodstvo fizioterapeuta **Vježbajmo zajedno**
* niz psiholoških radionica **Mjesto za obitelj** na temu suočavanja sa stresom, planiranja brige i njege u starijoj dobi te jačanja obiteljskih odnosa
* logopedsko-psihološke radionice za članove s oštećenjem sluha **Čujemo li naše stare**
* individualne **logopedske vježbe** s pacijentima odjela za Neurologiju Kliničkog bolničkog centra Rijeka koji su u oporavku od moždanog udara

**Matica umirovljenika grada Rijeke izradila je i brošuru u kojoj su predstavljeni odabrani sadržaji s radionica koje su provedene u sklopu projekta Rispekt.** Ova knjižica može poslužiti građanima koji se susreću s izazovima treće dobi kao i članovima njihovih obitelji.

**Predstavljanje tiskanog izdanja brošure programa projekta Rispekt održat će se 20.12.2019. u Klubu umirovljenika Centar u 11 sati** u sklopu završnog predblagdanskog druženja umirovljenika.

Unaprijed zahvaljujem na objavi i srdačno vas pozdravljam.

**Rijeka 2020**

Odnosi s medijima - Nela Simić

[nela.simic@rijeka2020.eu](mailto:nela.simic@rijeka2020.eu), M. 092 188 4118