

KORONARNO DRUŠTVO POSTOJNA

je bilo ustanovljeno leta 1999 v Postojni, deluje že več kot 20 let, vanj pa so vključeni člani z območja Postojne, Prestranka in Pivke.

Dejavnost društva je humanitarno in zdravstveno - preventivnega značaja, ki temelji na strokovnih dognanjih in sodobnih načelih vse življenjske rehabilitacije srčno-žilnih bolnikov (SŽB). Predstavlja nadaljevanje kontrolirane, medicinsko vodene rehabilitacije, začete v bolnišnici ali zdravilišču. Zavedamo se namreč, da koronarna bolezen sodi med najpogostejše vzroke smrti. Zato si v društvu prizadevamo preprečevati nastanek in napredovanje srčno-žilnih bolezni. Poudarek dajemo na zdravem življenjskem slogu, zlasti:

- z navajanjem na zdravo prehrano,
- s spodbujanjem in organiziranjem redne in trajne telesne aktivnosti,
- z opustitvijo kajenja,
- izobraževanjem,
- organiziranim druženjem kot psiho socialno podporo;

Pridružite se nam, skupaj nam bo uspelo!

V DRUŠTVO SE LAHKO VČLANIJO:

♥ BOLNIKI

- z boleznijo srca in ožilja
- po srčnih operacijah ali posegih
- v stabilnem obdobju srčnega popuščanja

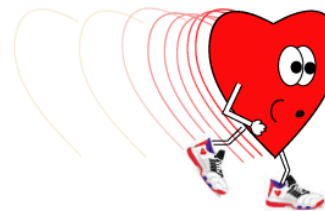
♥ OSEBE Z DEJAVNIKI TVEGANJA za SŽB kot so:

- zvišan krvni pritisk
- sladkorna bolezen
- zvišane vrednosti maščob v krvi
- kajenje
- prekomerna telesna teža
- premajhna telesna aktivnost
- stres

ti dejavniki povzročajo aterosklerozo (okvaro žil srca in posledično srčna obolenja)

♥ **OŽJI DRUŽINSKI ČLANI**, ki lahko z sodelovanjem v društvu bistveno pripomorejo k spremenjenemu življenjskemu slogu bolnikov.

♥ **IZJEMOMA ZDRAVI**, ki bi v koronarnem društvu delali prostovoljno in bi s humanitarnim delovanjem prispevali k dobrobiti društva.



Glavna dejavnost našega društva je: **organizirana telesna vadba**, ki jo vodijo in nadzorujejo strokovno usposobljeni vaditelji z meritvami krvnega tlaka in utripa.

Vadba poteka v naslednjih krajih:

POSTOJNA:

ZD Fizioterapija: ponedeljek, četrtek
OŠ M. Vilhar: torek, četrtek

PIVKA:

OŠ Pivka: ponedeljek, četrtek

PRESTRANEK:

OŠ Prestranek: torek, petek

- mesečni pohodi (lažje poti)
- enodnevni izleti
- strokovna predavanja
- rehabilitacija v zdraviliščih
- druženje

KORONARNO DRUŠTVO POSTOJNA

Prečna 2, 6230 Postojna

Telefon:
040 874 447

Pisarna: Jenkova 3, Postojna
(Sodišče, vhod zadaj)
Uradne ure:
sreda od 9 - 11 ure

Podružnica: VGC Pivka, Kolodvorska c. 3
Uradne ure:
Vsako 1. sredo v mesecu od 9 - 11 ure

Elektronski naslov:
koronarnodrustvopostojna@siol.net

Spletna stran:
www.koronarno-postojna.si

FB: koronarno drustvo Postojna



KD zloženka sept.2020



KORONARNO DRUŠTVO POSTOJNA

Naš slogan:

«VSE ZA ZDRAVO SRCE IN OŽILJE»

