

## **Тргни кон здраво срце, 29. 9. 2013.**



Светскиот ден на срцето се одбележува на 29 септември 2013 година под мотото **"Тргни кон здраво срце"**.

Во знак на одбележување на Светскиот ден на срцето, Ве охрабруваме да превземете чекори кон здраво срце: бидете физички активни, хранете се здраво, не пушете и не дозволувајте другите да пушат, за да себеси, на своето семејство и на блиските им го намалите ризикот од болести на срцето и од мозочен удар.

Научете ги вашите деца да се однесуваат здраво, затоа што

**ЗДРАВИТЕ ДЕЦА СЕ РАЗВИВААТ ВО ЗДРАВИ АДУЛТИ, А ТИЕ ГРАДАТ ЗДРАВИ СЕМЕЈСТВА И ЗАЕДНИЦИ!**

Централната манифестација за одбележување на Деност на срцето е предвидена на 29 септември со низа од активности:

Од 10 до 11 часот во Хотелот Александар Палас ќе се одржи стручен состанок, а на кој покрај другите активности, ќе има кратки предавања на темите кои ги опфаќаат таргет групите на овогодинашниот Ден на срцето:

Жената и КВБ - Проф д-р Елизабета Србиновска Костовска  
Децата и КВБ – Доц д-р Марија Вавлукис  
Физичката активност и КВБ – Асс д-р Лидија Попоска

Од 09-12 часот лекарски прегледи/ 11:15 часот крос  
Скопје-кеј на Вардар (кај Александар Палас)  
Тетово-плоштад Илирија  
Охрид-кеј на езеро (кафе бар Објектив)

---

**Македонско здружение по кардиологија**

---

## About World Heart Day

---



Courtesy of Kenyan-Heart National Foundation

World Heart Day was created in 2000 to inform people around the globe that heart disease and stroke are the world's leading cause of death, claiming 17.3 million lives each year and the numbers are rising.

By 2030, it is expected that 23 million people will die from CVDs annually – that is more than the population of Australia!

### **World Heart Day takes place on 29 September each year:**

Together with its members, the World Heart Federation spreads the news that at least 80% of premature deaths from heart disease and stroke could be avoided if the main risk factors, tobacco, unhealthy diet and physical inactivity, are controlled.

National activities such as public talks and screenings, walks and runs, concerts or sporting events are organized worldwide by members and partners of the World Heart Federation.

---

## World Heart Day 2013 theme

---



This year's theme addresses the importance of a life-course approach to the prevention and control of cardiovascular disease (CVD) with a focus on women and children. This

campaign will highlight what actions can be taken through a person's life to reduce their risk of CVD.

Today we have an opportunity to prevent the future impact of heart disease and stroke by adopting heart-healthy living from childhood throughout adulthood.