



Žmergo sudjeluje na:

Tjedan Crvenog križa - "Dani zdravlja i rekreacije"  
od 9. do 15. svibnja

sa štandom u Opatijskoj tržnici!

Dođite pogledati što smo vam pripremili!!!

#### DETALJNIJI PROGRAM:

Tjedan Crvenog Križa „Dani zdravlja i rekreacije“

Na štandovima Opatijske tržnice. Proizvodi za zdravlje i rekreaciju svaki dan od 08,00 do 12,00 sati i u kavani Hotela Imperial. Ponuda čajeva po promotivnim cijenama.

**V E G E T A R I J A N S K I DAN, PONEĐJELJAK, 9. svibnja**

9,00 - 12,00 štandovi:

prirodni proizvodi od smokava, jabuka, meda, lavande  
proizvodi s eko farme, maslinovo ulje  
ljekovito bilje, ulja zdravih biljaka, body scan analiza,  
proizvodi za kozmetiku, masažu i rekreaciju

9,30 otvaranje manifestacije

- otvaranje izložbe o radu Crvenog križa
- Društvo naša djeca - obilježavanje Dana EU

10,30 Ugostiteljska škola Opatija:

predstavljanje vegetarijanske kuhinje s degustacijom i prezentacija zdravog kruha

**DAN V I T A M I N A I M I N E R A L A, UTORAK, 10. svibnja**

8,00 - 10,30 mjerenje:

tlaka i šećera u krvi, masnoće, mineralno - vitaminskog statusa  
i savjeti liječnika i prezentacija vitaminskih preparata, body scan analiza,

**DAN M A K R O B I O T I K E, SRIJEDA, 11. svibnja**

8,00 - 10,30 Ugostiteljska škola Opatija:

predstavljanje makrobiotske prehrane s degustacijom i prezentacija zdravog kruha mjerenje  
i izračunavanje idealne težine ( body scan analiza)



18,00 Kulturni Dom „ Zora“:

Doc. dr. sc. Alen Ružić predavanje: „Zdrava prehrana“

DAN Č A J A, ČETVRTAK, 12. svibnja

8.00 - 13,00 Tržnica Opatija (1.kat)

druženje uz degustaciju čajeva s poznatim ekspertima za trave i druge biljke  
Dragom Plećkom i Ivanom Lesingerom

18,00 Hotel Imperial:

Drago Plećko i Ivan Lesiger predavanje:

„Nepoznata komunikacija biljaka i životinja“

DAN D J E Č J E P R E H R A N E, PETAK, 13. svibnja

9,00 - 13,00 Dječji vrtić Opatija:

predstavljanje dječje prehrane i degustacija hrane, uz prigodan program

8,00 - 13,00 dvorana Gorovo:

Olimpijada umirovljenika

DAN R E K R E A C I J E, SUBOTA, 14. svibnja

08,00 - 13,00

Predstavljane raznih sportskih aktivnosti i zajedničko vježbanje

Obilježavanje Dana obitelji - Društvo naša djeca

11,00 Ugostiteljska škola Opatija:

predstavljanje i degustacija mediteranske kuhinje

Voditelj programa: ŠAJETA

DAN P L A N I N A R E N J A, NEDJELJA, 15. svibnja

9,00 Na Slatini kod fontane

Okupljanje i „ HOMO SI VA LEPRINAC“, pješaćenje s planinarskim društvima,  
okrjepa maneštrom uz harmoniku