

Asutus	Üritus, kuupäev	Eesmärgid	Sihtgrupp	Eelarve
<b>1.Kohtla-Järve lasteaed „Punamütsike (TEL)</b>	20.04.2013.a Sisu: aktiivne jalutuskäik Saka mõisa ümbruses looduses, kiikumine, liikumismängud, ülesminek vaatetornile, allaminek mereranda, piknik looduses.	Erinevate liikumisviiside propageerimine ja iga inimesele hea tuju loomine.	Osalejad: 55 töötajat koos oma peredega. Kokku: 90 – 100 inimest.	100 EUR.
<b>2. Järve Gümnaasium (TEK)</b>	Teatevõistlused 1. - 4.klass, “Ole terve ja tugev” II etapp (ujumine) Ülekooliline Jüriöö jook 23.aprill.	Plaanis on viia läbi tervisenädal ,	Osalejad: õpetajad, õpilased	Omafinantseerimine
<b>3. Kohtla-Järve lasteaed „Tareke“ (TEL)</b>	„Oska kaitsta oma südant“ 15.04.2013 Loeng, tervisekontroll-mõõdetakse holesterooli ja veresuhkrut; jagatakse teemakohaseid materjale. (Kohtla-Järve lasteaed Tareke)	Teadlikkuse tõstmine südame- ja veresuhkru mõõtmiseks;	Kohtla-Järve lasteaia Tareke töötajad-ca 40 inimest	Kokku <b>624 € toetus 394 €</b> omafinants. 230 €
	“Liikumine vees” 15.04.2013 Ujula ja sauna külastamine (Kohtla-Järve Ühisgümnaasium)	Optimaalsete võimaluste loomine tervise toetamiseks; vähendada südamehaiguste riski	lasteaia töötajad-ca 40 inimest	
	“Hoia süda terve” 16.04.2013 Aeroobika, treening (Ahtme Spordihallis)	Parandada südame tervist aeroorika kaudu; Vähendada emotsionaalset pinget.	lasteaia töötajad-ca 40 inimest	
	“Jooga- terve süda” 17.04.2013 Praktiline tegevus	Tutvuda joogaõpetusega; parandada tervist: normaliseerida kehakaalu ja emotsionaalselt tasakaalu; õpetada toimetulekut stressi ja läbipõletamisega.	lasteaia töötajad-ca 40 inimest	
	„Õnnelik süda“ 18.04.2013	Tõsta täiskasvanute teadlikust tervislikust	lasteaia töötajad-ca 40	

	Retseptide koostamine (salatite konkurs); südamesõbraliku toiduvaliku degusteerimine. (Kohtla-Järve lasteaed Tareke)	toitumisest; Võimaldada jagada kogemusi (koostatud retseptide baasil).	inimest	
	“Hakka liikuma” 20.04.2013 Matkaraja külastamine (Pannjärve Tervisespordikeskus)	Kujundada positiivset suhtumist liikumisse; Ühisüritusega parandada töötajate omavahelisi suhteid ja aktiveerida kogu kollektiivi kehalist aktiivsust.	lasteaia töötajad-ca 40 inimest	
	“Kõnni aasta ringselt!” 21.04.2013 Kepikõnd- õpetus (Jõhvi park)	Vajaliku koormuse saavutamise südame tugevdamiseks, vereringesüsteemi ning alakeha- ja seljalihaste toetamiseks; Propageerida tervislikke eluviise.	Kohtla-Järve lasteaia Tareke töötajad-ca 40 inimest	
<b>4.Slaavi Põhikool (TEK)</b>	08.04 – 12.04 südamenädal Südamepäev 11.04.kell 14.00 – 15.00. Väljasõit kas Pannjärvele või Kiviõli spordikeskusesse	IVKH medõde poolt loeng toidust, suhkruproovid jt Kohtumised medtöötajatega, konkursse jne.	Õpetajatele  Õpilastele	omafinants eerimine
<b>5. LA Tuhkatriinu (TEL)</b>	Väljasõit Toila-Oru parki,	Kepikõnd, kõnnimaraton(suur ring) sportmängud värskes õhus, vitamiinipaus	LA töötajad	omafinants eerimine
<b>6. Kohtla-Järve lasteaed Aljonuska</b> Enne ja pärast trenni vererõhu mõõtmine (tervishoiutöötaja või liikumisõpetaja) Stendide vormistamine „Terve süda	15.04.2013, kell 9.30  Kell 13.00	Temaatiline tegevus „Minu süda“ Vanematele lastele Vitamiini paus Autotreeningu ja õige hingamise päev. Liikumisõpetaja juhendamine „«Kuidas 2ome2ti hingata». Autotreeningu võimalused	Üritused lastele  Üritused lasteaia töötajatele	omafinants eerimine
	16.04.2013 kell 9.30	Temaatiline tegevus „Minu süda“ noorematele lastele.	Üritused lastele	omafinants eerimine

reeglid“	Kell 12.30 — 15.00	Vitamiini paus. Massaaživahendite päev massaaživahendite proovimine. Kolleegide soovitused.	Üritused lasteaia töötajatele	
	17.04.2013 kell 10.30  Kell 10.30	«Spordirada“ tegevused õues. Vitamiini paus. Jalutuskäigu päev. «Loeme sammud» «Terviserada – sportlik jalutuskäik» (õues) Tervishoiutöötaja ja liikumisõpetaja konsultatsioonid	Üritused lastele  Üritused lasteaia töötajatele	omafinants eerimine
	18.04.2013 kell 9.30  Kell 13.00	Viktoriin „Terve süda“ Vitamiini paus Ilupäev. Harjutused, võimlemine, tantsimine.	Üritused lastele  Üritused lasteaia töötajatele	omafinants eerimine
	19 .04.2013  Kell 13.00	Laste tööde näitus „Minu süda sõbrad“ Vitamiini paus Saladuste päev. Kasulikud joogid ja söögid. Degusteerimine, retseptidega vahetamine.	Üritused lastele  Üritused lasteaia töötajatele	omafinants eerimine
	<b>7. Ahtme Gümnaasium (TEK)</b>	Koolis	Klassitunnid teemal „Hoia oma südant!“	Õpilastele
	Koolis	Plakatite ja joonistuste konkurss „Terve süda“	Õpilastele	omafinants eerimine
	Väljasõit	Liikumist propageeriv üritus „Sinu sammud loevad!“	Õpetajatele	omafinants eerimine
	Koolis ja kooli territoorium	Südamenädala jooksul on aktiivsed vahetunnid	Õpetajatele, õpilastele	omafinants eerimine
	Koolis	Kontsert „Südamest südamesse“	Õpetajatele, õpilastele	omafinants eerimine
<b>8.Kohtla- Järve Koolinoorte Loomemaja</b>	Kohtla-Järve Linnapargi territoorium 16.04. 2013 kell 11.30 kuni 13.00	Orienteerumismäng „Tervise polügon“ <b>Eesmärk:</b> 1.Pakkuda Loomemaja töötajatele võimalust veeta Südamenädala raames tevislik jalutuskäik Kohtla-Järve Linnapargis. 2.arendada tegevuste kaudu oma suhtlemisoskust	Loomemaja töötajatele.	Omafinants eerimine

		harjumuspärasest erinevas keskkonnas 3.panna proovile oma aktiivsus uute kogemuste varal õppides 4.osaleda grupiprotsessides, teha meeskonnatööd ja tunda enast meeskonna liikmena		
<b>9. LA Kakuke (TEL)</b>	15.04. – 21.04.2013 Südamenädala raamestoimuvad üritused: Nädala lõpus tunnustatakse tublimaid	Eesmärk: ergutada lapsi ja täiskasvanuid tegema südame tervist säästvaid valikuid, tuletades meelde tervisliku toitumise ning liikumise vajalikkust.	Lastele, personalile	omafinants eerimine
	Esmaspäev 15.04.2013	Tervishoiutöötaja loengud nii lastele kui ka personalile „ <i>Tunne oma südant</i> “		omafinants eerimine
	Teisipäev 16.04.2013	„ <i>Ise teeme, ise sööme</i> ” - tervisliku salati valmistamine rühmas. Toidupüramiidi meisterdamine	Rühm Vikerkaar 6-7 a	omafinants eerimine
	Kolmapäev 17.04.2013	Üritus „ <i>Süda tuks tuks-tuks-tuks</i> ” saalis, kus lapsed saavad algteadmisi südame töö tähtsusest ja koostavad reegleid, et hoida oma südan Vesiaeroobika 18.15-19.00 Supelmaja külastamine 19.00-20.00 (Mäetaguse	Lastele  Töötajatele	omafinants eerimine  omafinants eerimine
	Neljapäev 18.04.2013 Toila pargis	spa, Pargi 1, Mäetaguse alevik) Kevadine spordipäev	Töötajatele	omafinants eerimine
	Reede 19.04.2013 Lasteaia territooriumil. Vererõhu mõõtmine	Liikumismängude päev Plakatikonkurss „Rõõmus süda”	Töötajatele Lapsevanemad ja lapsed Töötajatele	omafinants eerimine
	<b>10.Tammiku</b>	15.04 – 21.04.2013	Vesiaeroobika kooli	Klubi liikmetele

<b>Gümnaasium</b>	20.04.2013 kell 15.00-16.00 16.04.2013 kell 15.00 Nädala jooksul	ujulas Kepikõnd „Käime koos“ Basseinis ujumine Spordivõistlused	Tammiku mikrorajooni elanikele. Õpetajatele. Lapsevanemate- le, õpilastele	eerimine
<b>11.Kohtla – Järve Vene Gümnaasium (TEK)</b>	Järve Vene Gümnaasiumis südamenädala üritused olid läbi viidud sügisel.	<a href="http://kjpanorama.eu/index.php/et/2012-02-09-14-34-27/804-2012-11-15-15-11-38">http://kjpanorama.eu/index.php/et/2012-02-09-14-34-27/804-2012-11-15-15-11-38</a>	Personalile,õpila- stele	omafinants eerimine
<b>12.Lasteaed Kirju-Mirju (TEL)</b>	Enne südamenädala algust 2. Aprillil	Toitlustuskonsultandi (Lembit Lill) organismi diagnostika + nõuanded tervislikuks toitumiseks	personalile	Omafinants eerimine
	15.04.13 kodus	Südamele sõbraliku salati valmistamine	Lapsevanemad	omafinants eerimine
	17.04.13	Jalgsimatk	Koolitõotajad	omafinants eerimine
	18.04.13.	Kukrusele Võimlemine saalis liikumisõpetajaga	Koolitõotajad, lapsed	omafinants eerimine
<b>13. LA Buratino</b>	15.04.2013 kell 09.00	Organismi diagnostika+ nõuanded tervislikuks toitumiseks	l/a Buratino ja l/a Lepatriinu personalile,soo- vi korral ka lastevanematele	omafinants eerimine
	17.04.2013 kell 13.15 lasteaia saalis:	Vabastav hingamine+ harjutused koos õige hingamisega	õpetaja Merike Õunaaed	omafinants eerimine
	20.04.2013	Kepikõnd Sinivoorele	LA personal	omafinants eerimine
	Terve nädala jooksul	Südamesõbralik menüü (juurviljad, puuviljad,salatid jms), õppe- ja kasvatustegevused lõimitud terviseõpetuse valdkonnaga		
<b>14. LA Lepatriinu</b>	15.aprill	Organismi diagnostika lasteaias Buratino	LA personalile	omafinants eerimine
	16.aprill	Seminar pedagoogidele „Sinu sammud loevad“ koostöös lasteaia Tuvikesega	Pedagoogidele	omafinants eerimine
	17.aprill kell 16.00 – 19.00	Ujumine Järve Gümnaasiumis	Tõotajatele	omafinants eerimine

<b>15. LA Pääsuke (TEL)</b>	17 aprill kell 13.30	Seminar lasteaia töötajatele (20 töötajat) teemal „Mis on kasulik südamele“	Töötajatele	Omafinants eerimine
	21 aprill – 12.00	Prestoone kaupluse juurest start . (Kui ilm on soe, korraldatakse töötajatele „Jalgrattapäev“)	Töötajatele	omafinants eerimine
<b>16. LA Muinasjutt</b>	15.04.13	Vestlus lastega, et laps kasvaks terveks ja targaks ja terve südamega, peaks ta sööma puu- ja köögivilja. Joonistamine: „Süda”. Mäng: „Head vikerkaareviljad südame jaoks”	Lastele	omafinants eerimine
	16.04.13	Tund õues. Kasulik võimlemine südame jaoks. Aktiivsed mängud	Lastele	omafinants eerimine
	17.04.13	Ekskursioon tervishoiutöötaja kabinetti. Plaanis on vestlus lastega, et süda on inimese mootor, töötab nagu pumps, mis pumpab verd kehas laiali, kuidas ta tuksub, kus ta asub. Mäng: „Arst”	Lastele	omafinants eerimine
	18.04.13	Vestlus lastega südamesõbralikest toidu ja tegevusvalikutest. Mängud: „Kuidas koostada tervislikku lõunasööki” ja „Toida Peetrit” Lauamäng „	Lastele	omafinants eerimine
	19.04.13	Teekond terve südameni”. Vestlus „Head teod heas südames”	Töötajatele, lastele	omafinants eerimine
	16. 04.2013 13.00-15.00 ülelinnaline üritus	Südamenädala raames toimuv seminar linna lasteaedade pedagoogidele: „Mis on meie südamele hea “	LA töötajatele	omafinants eerimine

<b>18. Ahtme Kunstide Kool</b>	24.aprillil 2013.a kell 14.30 - 15.15	Südamenädala raames toimub loeng-konsultatsioon „Tervise riskifaktorid“, lektor pereõde Tatjana Šajahhmetova	AKK töötajatele	omafinants eerimine
<b>18.Linnaalitsus.</b> Enne ja pärast trepiikõndi IVKH medtöötaja poolt vererõhu mõõtmise, suhkru mõõtmise.	5.04.2013 kell 14.00-16.00.  8.04.2013 kell 11.00 - 13.00 „jalgsi 7. korrusele ja tagasi 1.korrusele“. 19.aprillil 2013.a kell 14.00-15.30	Südamenädala raames toimub Jäähallis uisutamine  Trepikõnd, (vitamiinipaus)  Ujumine Kohtla-Järve Spordikeskuse siseujulas (Järveküla tee 44).	Linnaalitsuse töötajatele	omafinants eerimine