

# Südamenädal 2012

16.-22. aprill 2012

## Viljandimaa

### Pärsti

#### 15. aprill

**Kogunemiskoht:** Päre Spordihoone  
**Start avatud:** 11.00-14.00  
**Toimub:** matk  
Lauamängudepäev

#### 22. aprill

**Kogunemiskoht:** Ramsi Vaba Aja Keskus  
**Start avatud:** 11.00-14.00  
**Toimub:** matk  
Paarisvõrkpall

---

### Tarvastu

#### 16. aprill

**Kogunemiskoht:** Kärstna küla, võimla juures  
**Start avatud:** 18.00  
**Toimub:** Energiakõnni õhtu  
Kõnni-, jooksu- ja rattakilomeetrite kogunemine ja registreerimine kogu nädalajooksul marsuudil "Kärstna mõis-Anrepi Lõvi"  
**Lisainfo:** Urve Kass, 552 1696

#### 17. aprill

**Kogunemiskoht:** Kärstna küla, võimla juures  
**Start avatud:** 18.00  
**Toimub:** Jalgrattamatk  
**Lisainfo:** Märt Tomp, 5191 8760

#### 18. aprill

**Kogunemiskoht:** Mustla rahvamaja  
**Start avatud:** 10.00 –11.30  
**Toimub:** loeng-seminar noortele „Tervislik toitumine – milleks ja miks?“  
12.15 –13.45  
loeng-seminar täiskasvanutele „Kuidas muuta toitumist tervislikumaks?“  
Loengutel kõneleb Tartu Ülikooli liikumis- ja sporditeaduste doktorant Martin Mooses  
**Lisainfo:** Maive Feldmann, 4351 817

---

### Saarepeedi

#### 15. aprill

**Kogunemiskoht:** Saarepeedi Rahvamajas  
**Saabumine ja registreerimine:** 10.45-11.00

**Toimub:** tervisepäev" Südame rütmis". Tervisepäeva avavad Annika Mätas (korraldaja), Salme Koplikask (Saarepeedi vallavanem), Helmen Kütt (Riigikogu liige) ja Helir-Valdor Seeder (põllumajandusminister)

### **21. aprill**

**Kogunemiskoht:** laululava juures

**Start avatud:** 10.00

**Toimub:** kepikõnd, jooksmine, rattasõit ja kõndimine

Lisainfo: Paul Kolla, [paul58@hotmail.ee](mailto:paul58@hotmail.ee)

---

## **Paistu**

### **19. aprill**

**Kogunemiskoht:** Paistu rahvamaja

**Start avatud:** 18.00

**Toimub:** Tervislike toorsalatite ja tervislike jookide konkurss, degusteerimine ja retseptide jagamine. Loeng professionaalselt treenerilt õige toitumise alal  
Kalle Lillemetsalt

Lisainfo: Ene Saar, [ene@paistu.ee](mailto:ene@paistu.ee)

### **23. aprill**

**Kogunemiskoht:** Holstre Kooli juures

**Start avatud:** 19.00

**Toimub:** Jooks, kõnd Holstre järve ümber

Lisainfo: Ene Saar, [ene@paistu.ee](mailto:ene@paistu.ee)

---