

T.C.
SAĞLIK BAKANLIĞI
Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü

Sayı: B.10.0.TSH.0.12.00.10 /
Konu: 3-4 Ekim "Dünya Y r y ğ Günü"

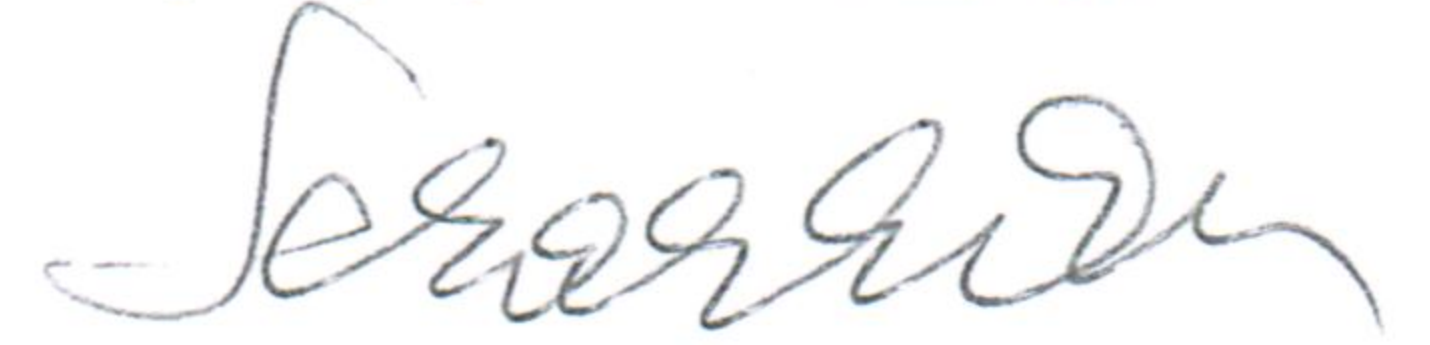
23.9.2009 / 27918

.....VALİLİĞİNE

(İl Sağlık Müdürlüğü)

Bilindiği üzere, düzenli fiziksel aktivitenin bedensel ve zihinsel sağlık üzerindeki önemli etkisinin yeterince anlaşılamaması ve giderek hareketsiz bir yaşam tarzının benimsenmesi, toplumda kalp-damar hastalıkları, hipertansiyon, diyabet, osteoporoz gibi kronik hastalıkların görülme sıklığını artıran önemli nedenlerden biri olmuştur. Bireylerin düzenli fiziksel aktiviteyi yaşamlarının bir parçası haline getirmeleri sağlıklı kilonun sürdürülmesi, dayanıklılık, g c ve esnekliğin artmasında rol oynadığı gibi kronik hastalıklara yakalanma riskini azaltarak artan sağlık harcamalarının azaltılmasında da önemli rol oynamaktadır. Ancak  lkemizde toplumun büyük çoğunluğunun konuya gereken önemi vermediği de bir gercektir.

Bu nedenle, düzenli fiziksel aktivitenin, yaşamın her döneminde sağlık için son derece önemli olduğu mesajının verilmesi ve toplumda fiziksel aktivitenin sağlık üzerine etkisi konusunda farkındalık yaratılması amacıyla, 3-4 Ekim tarihlerinde tüm dünyada geniş etkinliklerle kutlanan "**Dünya Y r y ğ Günü**"n n ilinizde de y r y ğ etkinlikleri ile kutlanması hususunda bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.



Dr. Seraceddin  OM
Bakan a.
Genel Müdür

DAĞITIM:
81 İl Valiliğine

Her yaşta fiziksel olarak aktif olmak kemiklerin dayanıklılığını artırır.