

KKMD skupina Mežica: deluje že od same ustanovitve koronarnega kluba. Prvi vodja skupine je bil gospod Adi Breznik, eden ustanovnih članov kluba Mežiške doline. Dejavnost koronarnega kluba je že od začetka razdeljena na več področij: doživljenjska izven ambulantna rehabilitacija srčnih bolnikov in ljudi s povišanim tveganjem za srčno žilne bolezni, izvajanje telesne vadbe ter zdravstveno vzgojo prebivalstva. Dejavnosti kluba so pritegnile zanimanja ljudi, saj so lahko obiskovali razna predavanja, se izobraževali ali pa so se vključili v vodeno telesno rehabilitacijsko vadbo. Vodstvo kluba se vsako leto trudi tudi za organizacijo letovanja na morju in v toplicah. Članstvo koronarnega kluba v Mežici sprva ni bilo številčno. Na začetku je skupina štela le 10 članov, kasneje pa se je število povečevalo, tako da nas je danes že 87 članov. Ena zelo pomembnih dejavnosti kluba je organizacija telesne vadbe za člane. Sprva sta bili vaditeljici Snežka Lujinović in Renata Podjaveršek, kasneje pa

se je vključila še Nevenka Lednik, ki je še danes dobra in strokovno podkrovana vaditeljica. Nevenka dvakrat na teden vodi vadbo ter svetuje in pomaga vsem v vadbeni skupini. Po dogovoru izvajamo tudi vadbo na prostem in nordijsko hojo s palicami na stadionu. V času korone smo izvajali vadbo preko Zooma.

S ponosom lahko povemo, da smo s koncem leta 2006 prav v Mežici, kot prvi v Mežiški dolini, dobili prvi javno dostopen AED (defibrilator), ki smo ga namestili pri banki in prav ta je pomagal pri oživljanju osebe, ki je doživela srčni zastoj. Trenutno imamo v Mežici nameščenih 16 defibrilatorjev.

Skupino Mežica je za Adijem Breznikom vodila Jožica Permanšek, nadomestila jo je Janeta Pušpan, sedaj pa jo vodi Irma Rebula.

Moto naše skupine je bil in ostaja **MOTIVACIJA LJUDI ZA ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG.**

Irma Rebula

