

## ZDRAVSTVENO VZGOJNI PROGRAMI ZA ZDRAVO ŽIVLJENJE

Vemo, da je vaše zdravje v veliki meri odvisno od našega življenjskega sloga.

Ali torej že razmišljate, kaj bi lahko storili za svoje zdravje in prijetno počutje?

Vabimo vas na

### Festival zdravja v Moravčah



KULTURNI DOM MORAVČE		VEGOVA ULICA 9
PONEDELJEK 8. 11. 2021 ob 18h		PROMOCIJA ZDRAVJA IN PREDSTAVITEV ZDRAVSTVENO VZGOJNIH PROGRAMOV, Heine Andreja, prof. zdr. vzg.
TOREK, 9. 11. 2021 od 9 - 11h		BREZPLAČNE MERITVE HOLESTEROLA, KRVNEGA SLADKORJA IN KRVNEGA TLAKA
SREDA 10. 11. 2021 od 9 - 11h		TEHTANJE Z ANALIZO TELESNE MASE  TESTIRANJE TELESNE PRIPRAVLJENOSTI ALI SEM FIT?
ČETRTEK 11. 11. 2021	od 9-11h	TEHNIKE SPROŠČANJA, Heine Andreja, prof. zdr. vzg.
	ob 18h	OSTEOPOROZA - KAKO JO PREPREČITI? Aljaž Železnik, dipl. fiziot.
PETEK 12. 11. 2021 od 9h - 12h		TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA Z UPORABO AED

Za udeležbo Festivala zdravja je potrebno izpolnjevanje pogoja PCT in uporaba zaščitne maske. V primeru bolezenskih znakov (vročina, kašelj, oteženo dihanje, sprememba vonja ali okusa, glavobol...) ostanite doma, izogibajte se stikom z drugimi ljudmi ter se posvetujte s svojim izbranim osebnim zdravnikom.

Andreja Heine, prof. zdr. vzg., Aljaž Železnik, dipl. fiziot., Darija Jozeljić dipl. med. ses.