



ZDRAVSTVENO VZGOJNI CENTER AJDOVŠČINA

V Zdravstveno vzgojnem centru (ZVC) izvajamo preventivne zdravstveno vzgojne delavnice za odrasle. Namenjene so vsem, ki želite izvedeti več o zdravem načinu življenja in o dejavnikih, ki lahko škodljivo vplivajo na njihovo zdravje ali poslabšajo že obstoječe bolezni.

Zdravstveno vzgojni programi, ki jih izvajamo v obliki delavnic:

KRATKE DELAVNICE (1 srečanje)	DALJŠE DELAVNICE	
ZDRAVO ŽIVLJENJE IN DEJAVNIKI TVEGANJA	GIBAM SE	14 srečanj
	ZDRAVO JEM	6 srečanj
ALI SEM FIT	ŠOLA ZDRAVEGA HUIŠANJA	16 srečanj
	SPOPRIJEMANJE S STRESOM	4 srečanja
TEHNIKE SPROŠČANJA	SPOPRIJEMANJE S TESNOBO	4 srečanja
	SPOPRIJEMANJE Z DEPRESIJO	4 srečanja
	OPUŠČANJE KAJENJA	6 srečanj

Informacije in prijave: **Tel 05 36 93 123, gsm: 051 415 731, e- mail: zdravstvena.vzgoja@zd-ajdovscina.si**

Alenka Černe, dipl.m.s., Špela Koron, dipl.m.s

ZDRAVSTVENI DOM AJDOVŠČINA, junij 2017



DELAVNICE ZVC- FEBRUAR 2018

ZDRAVO ŽIVLJENJE IN DEJAVNIKI TVEGANJA	PONEDELJEK, 12.2.2018 od 10 do 11.30 ure ZD AJDOVŠČINA	ČETRTEK 15.2.2018 Od 18 do 19.30 ure ZD AJDOVŠČINA
TEHNIKE SPROŠČANJA	PONEDELJEK, 26.2.2018 od 11 do 12.30 ure ZD AJDOVŠČINA	ČETRTEK 22.2.2018 Od 18 do 19.30 ure ZD AJDOVŠČINA
GIBAM SE		ČETRTEK 15.2.2018 Od 18 do 19.30 ure DOM KRAJANOV AJDOVŠČINA
ZDRAVO HUIŠANJE		ČETRTEK 22.2.2018 Od 16 do 17.30 ure ZD AJDOVŠČINA
SPOPRIJEMANJE Z DEPRESIJO	TOREK, 6.2.2018 od 10 do 11.30 ure ZD AJDOVŠČINA	OBVEZNE PRIJAVE NA DELAVNICE