



DAN ZDRAVJA

SREDA, 8. november 2017



od 16.00 do 18.00 ure

OSNOVNA ŠOLA ŠTURJE



TESTIRANJE TELESNE PRIPRAVLJENOSTI

16.00: Uvodna telovadba z društvom Šola zdravja

Ocena zmogljivosti nog, rok, gibljivost spodnjega in zgornjega dela telesa, koordinacije, ravnotežja, hitrosti gibanja. Priporočena lahka športna oblačila.

Posvet z dipl. fizioterapevtko.

MERITVE

TEHTANJE z analizo telesne mase

Meritve **HOLESTEROLA, KRVNEGA SLADKORJA, KRVNEGA TLAKA**

Meritve **EKG** (Društvo ZA SRCE Primorske)

Merjenje **KOSTNE GOSTOTE** (Zveza društev bolnikov z osteoporozo Slovenije)

INDIVIDUALNI POSVET z dipl. medicinskimi sestrami in z zdravnikom.

STOJNICE, DELAVNICE

delavnica **TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA** z uporabo **AED**

Predstavitev državnih presejalnih programov

SVIT, ZORA in **DORA** ter pomen samopregledovanja dojk.

