



Center za krepitev zdravja

OBČINA VIPAVA



DAN ZDRAVJA

ČETRTEK 6.junij 2019 od 14.45 do 18.30 ure
GLAVNI TRG 15, VIPAVA

(v primeru slabega vremena v Kulturnem domu)

PROGRAM ZA ODRASLE

- **UVODNA TELOVADBA** z društvom Šola zdravja Vipava
- Meritve **HOLESTEROLA, KRVNEGA SLADKORJA, KRVNEGA TLAKA**
 - Meritve **EKG** (Društvo ZA SRCE Primorske)
 - **TEHTANJE** z analizo telesne mase
- **TESTIRANJE:** Ocena aerobne zmogljivosti
 - **MERITVE KOSTNE GOSTOTE**
 - **PRAKTIČNI PRIKAZ SLADKORJA V HRANI**
 - **SOPA-** Skupaj za odgovorni odnos do alkohola
- **INDIVIDUALNI POSVET** z dipl. medicinskimi sestrami, dipl. kineziologom, patronažnimi medicinskimi sestrami, psihologom in zdravnikom.
 - **GLEŽENJSKI INDEKS**
 - **SVIT model črevesja, ambasador SVIT-a**
 - **ZORA in DORA** ter pomen samopregledovanja dojk
 - **Izdelava kreme za sončenje- Danica Gračan Jevtič**
 - **PLUTON-** Društvo za psihosocialno pomoč Ajdovščina

Vabljeni!