

MEGHÍVÓ EGÉSZSÉGNAPRA

2018. OKTÓBER 6.
HORT KULTURÁLIS CENTRUM

PROGRAM:

09:00	REGISZTRÁCIÓ, JELENTKEZÉS A PROGRAMOKRA
09:30	KÖSZÖNTŐ: Kerek Oszkár Polgármester
09:40	EGÉSZSÉGET MINDENKINEK! ELŐADÓ: Dr. Nagy Tamás háziorvos, a praxisközösség vezetője
10:00	FRISSÍTŐ TORNA, KICSIKNEK, NAGYOKNAK
10:00 – 15:00	TUDJA ÖN, HOGY MENNYI AZ ANNYI? Egészségi állapotfelmérések, szűrések folyamatosan Vérnyomásmérés Vércukormérés Hallásvizsgálat Boka-kar index mérés Testsúly, testtömeg index, testösszetétel mérés Táplálkozási tanácsadás, egészséges ételek kóstolója Szénmonoxid mérés dohányosoknak Mozgásszervi állapotfelmérés Masszázs Egyéni életmód tanácsadás (orvos, pszichológus, egészségfejlesztő)
10:30	„MOZDULJON, HOGY NE FÁJJON!” Nordic walking (északi gyaloglás) oktatás és rövid túra 14-99 éves korig
10:30	JÁTÉKOS FOGLALKOZÁS A GYERMEKEKNEK
11:00	TANULJUK MEG AZ ÚJRAÉLESZTÉST! MENTŐS SZAKEMBER SEGÍT, HOGY MI IS SEGÍTHESSÜNK
12:30	ELŐADÁS KI „ŐRZI” AZ EGÉSZSÉGET? ELŐADÓ: Monspart Sarolta egészségfejlesztő, tájfutó világbajnok
13:00	TOMBOLASORSOLÁS

Mindenki, aki részt vesz a szűréseken és programokon tombolaszelvényt kap.

Tegyük együtt minél többet egészségünkért!

Szeretettel várunk mindenkit!
Horti Praxisközösség

EFOP-1.8.2.17-2017-00014
"Praxisközösség létrehozása Hort Nagyközségi
Önkormányzat vezetésével"


MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

SZÉCHENYI  2020

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE