

Člani projekta **Misli na srce** vas vabimo na

5. Krog zdravja!

Udeležite se brezplačnih meritev krvnega holesterola, sladkorja, tlaka in celostne sestave telesa

ter

gleženjskega indeksa

! Za popestritev pa obiščite še brezplačna

predavanja

in se udeležite brezplačnega

tečaja nordijske hoje

Člani projekta Misli na srce v sredo, **22. 4. 2015**, že peto leto zapored pripravljamo enodnevni dogodek Krog zdravja. Na Krogu zdravja, ki poteka na

Prešernovem trgu

od 10.00 do 18.00

, študentje medicine izvajamo

brezplačne **MERITVE**

krvnega holesterola, sladkorja in tlaka, celostne sestave telesa in gleženjskega indeksa.

Prav tako za mimoidoče pripravljamo **PREDAVANJI** z naslovom **Hipertenzija in Zakaj je pomembno jemati zdravila?**

, ki ju bodo izvedli strokovnjaki iz teh področji. Predavanja bosta potekali istočasno ob dveh terminih, enkrat ob

17.00

in enkrat ob

18.00

, v prostorih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (Trubarjeva 2).

Letos prvič sodelujemo tudi z ekipo **Pulz športa**, ki nam je omogočila organizacijo dveh brezplačnih **TEČAJEV NORDIJSKE HOJE**.

Tečaja bosta potekala ob

11.00

in ob

16.00

. Za palice bomo poskrbeli mi, udeleženci pa se oblečite v udobna oblačila in obutev.

Poleg meritev, predavanji in tečajev nordijske hoje nudimo na naših **STOJNICAH** tudi **informacije o srčno-žilnih boleznih, dejavnikih tveganja in zdravem načinu življenja**

. Tako boste lahko izvedeli, kako kajenje, uživanje alkohola, prehrana in gibanje vplivajo na razvoj srčno-žilnih bolezni ter dobili praktične nasvete in ideje o zdravem načinu življenja. Prav tako se boste lahko poučili o pravilnem oživljanju v primeru srčnega zastoja.

Vsako leto z nami sodelujejo tudi **ZDRAVNIKI**, ki obiskovalcem Kroga zdravja svetujejo in odgovarjajo na različna vprašanja.

Nedvoumno je Krog zdravja dogodek, ki ga ni zamuditi. Tega mnenja sta tudi ljubljanski župan Zoran Jankovič, ki nas vsako leto obišče, in predsednik države Bortu Pahor, ki se nam je pridružil na lanskem Krogu zdravja.

Vabljeni na **5. Krog zdravja!**

Vaši □

5. Krog zdravja

Sobota, 04. april 2015 14:01

Povezava do FB dogodka: <https://www.facebook.com/events/356453784564392/>



10.00 – 18.00
**BREZPLAČNE
MERITVE**
KRVNI SLADKOR
HOLESTEROL IN TLAK
ANALIZA TELESNE SESTAVE
GLEŽENJSKI INDEKS

SPROSTITEV
11.00
TEČAJ NORDIJSKE HOJE
16.00
TEČAJ NORDIJSKE HOJE

Nacionalni inštitut za javno zdravje
Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana

PREDAVANJA
17.00 in 18.00
ZAKAJ JE POMEMBNO
JEMATI ZDRAVILA?
17.00 in 18.00
HIPERTENZIJA


22. april 2015
Prešernov trg
**KROG
ZDRAVJA**