KROKY K ZDRAVIU

Prevenciou ku kvalitnejšiemu životu



Centrum integrovanej sociálno-zdravotnej starostlivosti Filakovsko vás srdečne pozýva na „Deň zdravia". Naším cieľom je vytvoriť lepšie medzigeneračné vzťahy, preto je celé podujatie zostavené tak, aby bolo vhodné pre všetky vekové kategórie.

Zoberte svoje deti a vnúčatá, urobte niečo pre svoje zdravie a strávte spolu krásny čas!

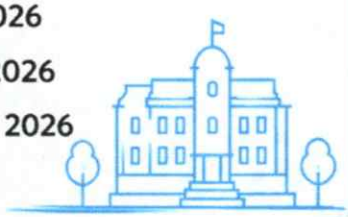
DÁTUMY A MIESTO KONANIA

Miesto: AREÁL HÁJIK Buzitka

Čas: vždy o 9:00 hod.

Stretneme sa v tieto dni (vždy v utorok):

- **14. júla 2026**
- **21. júla 2026**
- **4. augusta 2026**
- **18. augusta 2026**
- **8. septembra 2026**



ČO VÁS ČAKÁ? (PROGRAM)

Preventívne skríningové merania –
Bezplatné meranie krvného tlaku, cholesterolu, glykémie a BMI, ktoré pomáhajú včas zachytiť zdravotné riziká.

Prednáška a diskusia –
O zdraví a zdravom životnom štýle v každom veku.

Cvičenie pod vedením odborníka –
Jednoduché a zábavné cvičenia s rôznymi pomôckami pre lepšiu pohyblivosť, zdravé chodidlá a správne dýchanie.

„Stačí len trochu odhodlania a chuti prísť. Tešíme sa na vás!"

Systémovou prácou v teréne a prepájaním odborníkov cez pozíciu koordinátora prevencie prispievame k znižovaniu sociálnych rozdielov a budujeme zdravšiu budúcnosť nášho kraja.
Projekt je financovaný v rámci „Švajčiarsko-slovenského programu Zdravie", ktorý je súčasťou druhého Programu švajčiarsko-slovenskej spolupráce (85 % Švajčiarske granty, 15 % štátny rozpočet SR).

CISZS FILAKOVSKO | NADÁCIA HENKEL SLOVENSKO | Program ŠVAJČIARSKO – SLOVENSKEJ spolupráce | MINISTERSTVO INVESTÍCIÍ, REGIONÁLNEHO ROZVOJA A INFORMATIZÁCIE SLOVENSKEJ REPUBLIKY