

# URNIK ZDRAVSTVENO-VZGOJNIH DELAVNIC



## ZDRAVO JEM

Začetek delavnice bo popoldne: 9. januarja 2019 ob 17.00 in  
dopoldne: 10. januarja 2019 ob 9.30.



## ZDRAVO HUJŠANJE

Začetek delavnice bo 22. januarja 2019 ob 17.00.



## GIBAM SE

Začetek delavnice bo 22. januarja 2019 ob 16.00 v prostorih fizioterapije.



## PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU Z DEPRESIJO

Začetek delavnice bo 16. januarja 2019 ob 16.00.



## PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU S TESNOBO

Začetek delavnice bo 16. januarja 2019 ob 18.00.



## PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU S STRESOM

Začetek delavnice bo 10. januarja 2019 ob 17.00.



## ZDRAVO ŽIVIM IN DEJAVNIKI TVEGANJA (ZVIŠAN KRVNI TLAK, ZVIŠANE MAŠČOBE V KRVI, ZVIŠAN KRVNI SLADKOR)

Delavnica bo razpisana naknadno.



## INDIVIDUALNO/SKUP. SVETOVANJE PRI OPUŠČANJU KAJENJA

Poteka stalno. Pokličite 07 30 61 723 ali pišite: [ckz@zd-crnatelj.si](mailto:ckz@zd-crnatelj.si)



## ALI SEM FIT?/TEST HOJE MA 2 KM

Za informacije pokličite 07 30 61 723 ali pišite: [ckz@zd-crnatelj.si](mailto:ckz@zd-crnatelj.si)

Pokličite nas: 07 30 61 723 ali nam pišite: [ckz@zd-crnatelj.si](mailto:ckz@zd-crnatelj.si).

**Vljudno vabljeni vsi, ki razmišljate o svojem zdravju in si želite pozitivnih sprememb.**

Center za krepitev zdravja (CKZ)