**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 **30. januarja 2019** ob **18.00**.

**PODPORA PRI SPOPRIJEMANJU S TESNOBO**

 Začetek delavnice bo **23. januarja 2019** ob **16.00**.



**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-crnomelj.si**

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

Za informacije pokličite **07 30 61 723** ali pišite: **ckz@zd-crnomelj.si**

Pokličite nas: **07 30 61 723** ali nam pišite: **ckz@zd-crnomelj.si.**

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

**sprememb.**

Center za krepitev zdravja (CKZ)