

DAN ODPRTIH VRAT Zdravstvenega doma Ivančna Gorica
v PETEK, 01.06.2018, od 9.00 – 17.00 ure,
v prostorih zdravstvenega doma

BREZPLAČNE MERITVE



- krvnega sladkorja, hemograma
- krvnega tlaka
- spirometrije
- gleženjskega indeksa
- telesne teže z analizo telesne sestave



PREDSTAVITEV PREVENTIVNIH PROGRAMOV :

- predstavitev nacionalnih preventivnih programov : Dora, Zora Svit
- Zobna preventiva
- predstavitev preventivnih programov Centra za krepitev zdravja
 - (predstavitev sladkorja in maščob v hrani)
- **predstavitev TPO z uporabo avtomatskega defibrilatorja**
ob **9.30, 12.00, 15.00** uri
- prikaz samopregledovanja dojke na modelu (predstavniki Europa Donna)
- delavnice : **Tehnike sproščanja** ob **10.00, 13.00 in 16.00** uri.
 - o **Prehrana ob povišanem krvnem tlaku** ob **10.30, 13.30 in 16.30** uri
 - o **Prehrana ob povišanih maščobah v krvi** ob **11.00, 14.00 in 17.00** uri
- **predstavitev pravilnega rokovanja z dojenčkom (»handling«)**
ob **11.00, 14.00 in 16.00** uri
- »Ali so vaše roke čiste ? »
- animacijski program za otroke
- **voden ogled za otroke po diagnostičnem laboratoriju** ob **10.00, 12.00, 14.00**
in **16.00** uri
- voden ogled po zdravstvenemu domu in ogled dejavnosti, katere se opravljajo
- **strokovno vodena telesna aktivnost v naravi** (pravilna uporaba fitness naprav v naravi) ob **10.00, 12.00, 14.00 in 16.00** uri;
- predstavitev merilnikov krvnega tlaka in aparatov za merjenje krvnega sladkorja

Naš cilj : Zdravi občani in občanke. Stopimo skupaj.
Naredimo korak na poti k zdravju!

Veselimo se srečanja z vami in prisrčno dobrodošli.

ZD Ivančna Gorica

»Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada«.