



Zdravstveni Dom
Osnovno varstvo
NOVA GORICA

BREZPLAČNE DELAVNICE

UVODNA SREČANJA:

brez napotnice

- Življenjski slog
- Test hoje
- Dejavniki tveganja
- Tehnike sproščanja
- Spoprijemanje s stresom

DELAVNICE:

z napotnico

- Zdravo hujšanje
- Telesna dejavnost
- Zdrava prehrana
- Opuščanje kajenja
- Podpora pri spoprijemanju s tesnobo in depresijo

Prijava in informacije na TEL.: 05 33 83 255, M: 031 206 265.
Elektronsko pošto sprejemamo na tanja.makarovic@zd-go.si

www.zd-go.si