

# DAN ZDRAVJA



## 11.5.2018

OD 9.00 - 18.00



## V parku pred Zavodom Ivana Cankarja

**9.00 - 18.00**

- Merjenje spirometrije
- Prikaz pljuč kadilca in nekadilca
- Merjenje kostne gostote
- Ali so moje roke čiste?
- Kaj se skriva v hrani, ki jo je jemo?
- Merjenje krvnega tlaka s svetovanjem
- Kaj pa naša ustna votlina, plak in medzobni prostor?

- Temeljni postopki oživljanja z uporabo defibrilatorja
- Zora, Dora ter samopregledovanje dojk
- Kompresijska terapija
- Pokličimo 112
- 6 - min test hoje
- Poligon za otroke

**9.00 - 12.00**

Merjenje sladkorja v krvi s svetovanjem

**11.00 - 12.00 in 13.30 - 18.00**

Analiza telesne sestave in svetovanje

**9.00**

Vadba za zdravo hrbtenico

**10.00**

Vadba proti osteoporozi

**12.00**

Nordijska hoja po okolici Vrhnike  
(zbirno mesto na samem dogodku)