

ODBORNÉ PORADENSTVÍ V OBLASTI ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU
A POHYBOVÝCH AKTIVIT

DEN ZDRAVÍ

**Havlíčkovo náměstí, Ostrava-Poruba
21. září 2018 od 10 do 17 hodin**

PROGRAM

- **Přijďte se poradit s lékaři a odborníky** (odborné poradny po celý den)
- **Nadživotní model plic**
- **Jak se cítí senioři?** (geronto oblek)
- **Zacvičte si s námi** (lekce tai chi, jógy a další aktivity zdarma)
- **HOST: sestra Filoména** vypráví o své službě lidem s těžkým životním osudem
- **Odborné přednášky v Komunitním centru Archa**
- **Ukázky první pomoci** (sanitky)
- **Psi, kteří pomáhají** (canisterapie)
- **Soutěže a naučné aktivity pro děti** (Jak si čistí zoubky krokodýl?)

Změna programu vyhrazena.