

ÉLETMÓDVÁLTÁST TÁMOGATÓ PROGRAM

2019-BEN MEGÚJULT ÉLETMÓDVÁLTÁST SEGÍTŐ PROGRAMMAL VÁRJUK A
KAPOSVÁRI JÁRÁS FELNŐTT LAKOSSÁGÁT, FÉRFIAKAT ÉS NŐKET EGYARÁNT!

Mottónk: „Kezdd el, tarts ki, legyél egészséges!”

Program keretein belül a következő témákban kerül
megrendezésre klubfoglalkozás:

- Táplálkozási tévhitek
- Gerinc- és ízületvédelem a mindennapokban
- Lelki egészségvédelem



Szeretettel várunk minden kedves résztvevőnket a következő életmódklub foglalkozásunkra.

Téma:

Táplálkozási tévhitek:

„Szabad-e este enni?”, „Mitől lehet izmosodni?”, „Fogyókúrák mítosza”, „Én csak light termékeket eszek/iszok, mégis hízek!”, „Együnk-e tojást, tejet, margarint vagy vajat?”, stb.

Helyszín: Baleseti Sebészeti Épület Alagsor, Prevenációs és Egészségfejlesztési Iroda klubhelység (Fizioterápiás masszáz és elektroterápiás helységekkel szemben)

Időpont: **2019.02.28 09.00-től**

Részvétel kizárólag előzetes jelentkezés alapján lehetséges!



Elérhetőségeink:

Telefon: 82/801-876

82/501-300/1143-as mellék

e-mail: prefi@kmmk.hu

Somogy Megyei Kaposi Mór Oktató Kórház

Prevenációs és Egészségfejlesztési Iroda