






























## Termini delavnic Centra za krepitev zdravja Spodnje Savinjske doline - jesen 2019

<p><b>ZDRAVO ŽIVIM</b></p> <p> Ponedeljek: <b>02.09.2019</b> od <b>17:30 do 19:00</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>ALI SEM FIT</b> <u>Test hoje na 2 km, 6-minutni test hoje</u></p> <p> Četrtek: <b>12.09.2019</b> od <b>16:00 do 18:00</b></p> <p> <b>Stadion Žalec</b></p>	<p><b>ALI SEM FIT</b> <u>Test hoje na 2 km, 6-minutni test hoje</u></p> <p> Sobota: <b>21.09.2019</b> od <b>8:00 do 11:00</b></p> <p> <b>Letališče Kaplja vas Prebold</b></p>	<p><b>ALI SEM FIT</b> <u>Test hoje na 2 km, 6-minutni test hoje</u></p> <p> Sobota: <b>28.09.2019</b> od <b>8:00 do 12:00</b></p> <p> <b>Malteški tek Polzela</b></p>
<p><b>TEHNIKE SPROŠČANJA</b></p> <p> Četrtek: <b>03.10.2019</b> od <b>15:15 do 16:45</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>SLADKORNA BOLEZEN tip II</b></p> <p> <b>1. termin:</b> petek, <b>06.09.2019</b> od <b>10:00 do 11:30</b></p> <p><b>2. termin:</b> petek, <b>18.10.2019</b> od <b>10:00 do 11:30</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>SLADKORNA BOLEZEN SKOZI ŽIVLJENJE</b></p> <p> <b>1. termin:</b> Vsak petek: <b>13.09.–25.10.2019</b> od <b>10:00 do 11:30</b></p> <p><b>2. termin:</b> Vsak petek: <b>08.11.–20.12.2019</b> od <b>10:00 do 11:30</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>ZDRAVO HUJŠANJE</b></p> <p> Vsako sredo: <b>11.09.2019 – 29.01.2020</b> od <b>17:00 do 18:30</b> + <b>telovadba od 18:30 do 19:30</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec / <b>Telovadnica RS Biro Žalec</b></p>
<p><b>ZDRAVO JEM</b></p> <p> <b>1. termin:</b> Vsak torek: <b>03.09.–24.09.2019</b> od <b>15:00 do 17:00</b></p> <p> <b>Kabinet zobozdr. vzgoje</b> Zdravstveni dom Polzela</p>	<p><b>ZDRAVO JEM</b></p> <p> <b>2. termin:</b> Vsak torek: <b>03.09.–24.09.2019</b> od <b>17:30 do 19:30</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>ZDRAVO JEM</b></p> <p> <b>3. termin:</b> Vsak torek: <b>15.10.– 05.11.2019</b> od <b>17:00 do 19:00</b></p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>SKUPINSKO SVETOVANJE ZA OPUŠČANJE KAJENJA</b></p> <p> Vsak ponedeljek: <b>23.09. – 4.11.2019</b> od <b>17:30 do 19:00</b></p> <p> <b>Fizioterapija</b> Zdravstveni dom Žalec</p>



## Termini delavnic Centra za krepitev zdravja Spodnje Savinjske doline - jesen 2019

<p><b>GIBAM SE »Zdrava hrbtenica«</b></p> <p> Vsak petek: <b>06.09.</b> do <b>13.12.2019</b> od 9:00 do 10:00</p> <p> <b>Telovadnica</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>GIBAM SE</b></p> <p> Vsak ponedeljek; <b>09.09.</b> do <b>16.12.2019</b> od 18:00 do 19:00</p> <p> <b>Telovadnica</b> RS BIRO Žalec</p>		
<p><b>Spoprijemanje s STRESOM</b></p> <p> Vsak torek: <b>03.09.</b> do <b>24.09.2019</b> od 10:00 do 11:30</p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>Podpora pri spoprijemanju s TESNOBO</b></p> <p> Vsak četrtek; <b>05.09.</b> do <b>26.09.2019</b> od 15:15 do 16:45</p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	<p><b>Podpora pri spoprijemanju z DEPRESIJO</b></p> <p> Vsak ponedeljek; <b>09.09.</b> do <b>30.09.2019</b> od 17:30 do 19:00</p> <p> <b>Sejna soba</b> Zdravstveni dom Žalec</p>	

**Za vse delavnice so potrebne predhodne prijave  
na 03/ 713-43-78, 051-668-416 ali na [krepitev.zdravja@zd-zalec.si](mailto:krepitev.zdravja@zd-zalec.si).**

