

DNY ZDRAVÍ 2016

10. - 16. říjen



Program v 3D Kině:

pondělí 10. října od 17 h

**Jak si člověk pomůže sám od bolesti
+ eliminace stresu v organismu**



Přednášející: chiropraktik Ing. Vinci László

- staré i nové poznatky jak si odstranit bolesti páteře, kloubů a regenerace pohybového aparátu
- jak si ubližujeme, nebo se léčíme stravou
- spousta zajímavých rad o zdraví, které se v ordinaci nedovíte
- jak si zvláštní chůzí můžeme značně vylepšit zdravotní stav
- praktické ukázky z oblasti akupresury, čínské a alternativní medicíny
- fórum otázek a odpovědí na zdraví.



Přednáška je určena široké veřejnosti

úterý 11. října 10 – 11 h

Irisdiagnostika aneb zjištění příčin zdravotních problémů z oční duhovky

Přednášející: Jana Bělohlová

- to, co je zaznamenáno v očích, odráží celkový stav těla
- pomocí znaků v očích lze odhalit genetické slabosti, přechodné aktuální změny i chronické stavy
- cílem není jen hledat nemoci, nýbrž jejich hlavní příčiny.

Přednáška je určena široké veřejnosti

Přednášky v DPS:

středa 12. října 14:00 h

Víte, na co máte právo u lékaře?
Přednášející: MgA. Kateřina Havelková

čtvrtek 13. října 14:00 h

Péče o seniory – dutina ústí a pomůcky denní potřeby
Přednášející: MUDr. Hana Musilová

pátek 14. října 14:00 h

Péče o dolní končetiny, její prevence a onemocnění
Přednášející: Helena Šimánková

Přednášky jsou určeny široké veřejnosti



Program v Knihovně:

úterý 11. října 16:00 h

Bylinky pro vaše zdraví

Přednášející: Alena Schlosserová



Sportcentrum Rockhill

nabízí od 10. do 16. října:

- dopolední squash zdarma
- odpolední a večerní squash za 50 % ceny
- saunu za 50 % ceny

Nutná rezervace na tel. 384 971 440
nebo na www.sportcentrumnaskale.cz



Sal Marina

Inhalujte, relaxujte

- do solné jeskyně za zdravím a energií

V týdnu od 10. do 16. října

sleva 20 % na nákup základního vstupného i permanentky.

Sal Marina, B. Smetany 192, Dačice,
tel. 606 225 657

Program v Katolickém domě:

středa 12. října 17:30 – 18:30 h

Cvičení pro zdraví (prvky aerobiku, jógy, posilování, strečink)
Cvičitelky: Hanka Kopečková a Hanka Mrkvičková

čtvrtek 13. října 16:00 h

Zdravé KÁČKO

- zdravé cvičení, zdravé jídlo a pití.
- dětská první pomoc pro rodiče s dětmi
Pod vedením zdravotní sestry Ladislavy Štumarové

