



Zdravé město Valašské Meziříčí vás srdečně zve na

# TÝDEN ZDRAVÍ

9. - 13. LISTOPADU 2015

## **Prevence trestné činnosti páchané na seniorech: Po 9. listopadu 10<sup>00</sup>–14<sup>00</sup> v prostorách SVČ Domeček**

Přednáší Mgr. A. Horáková, právnička Sdružení ochrany spotřebitele a Ing. J. Camflra, ředitel Městské policie.

## **Základní kurz sebeobranu pro seniory**

Městská policie. Vstup volný.

## **Restaurace přátelská k rodině 2015/2016: Po 9. listopadu 15<sup>00</sup> v zasedací místnosti MěÚ**

Vyhlášení výsledků soutěže meziříčských restaurací.

## **Vyšetření ukazatelů zdraví pro veřejnost:**

### **Út 10. listopadu 9<sup>00</sup>–13<sup>00</sup> a St 11. listopadu 13<sup>00</sup>–18<sup>00</sup> v salonku u kaple zámku Žerotínů Domeček**

Hmotnost, BMI a celkový tuk | krevní tlak | cholesterol a cukr v krvi | plicní funkce (pouze ve středu) | vyšetření pigmentových nívů (mateřských znamének) | vyhodnocení výsledků lékařem | poradenství životního stylu | ochutnávky zdravého pohoštění. Vyšetření provádí zdravotničtí pracovníci Národní sítě podpory zdraví, Nemocnice Agel a dermatoložka MUDr. Macháčová.

## **Vycházka Nordic Walking: Středa 11. listopadu 10<sup>50</sup>–13<sup>00</sup>, sraz na aut. zastávce Malá Lhota**

Nejen pro členy klubu „60 a víc neznamená nic“ z Malé Lhoty přes Brňov do Val. Meziříčí. V případě deště odpadá.

## **Malá lekce etikety: Út–Čt 10. – 12. listopadu 9<sup>00</sup>–11<sup>00</sup> v prostorách ISS COP na Palackého ul.**

Ukázky a praktický nácvik hlavních zásad společenského chování pro deváté třídy základních škol. Přihlášky mailem na [dzetkova@isscopvm.cz](mailto:dzetkova@isscopvm.cz). Zajišťují lektori ISS COP.

## **Hra o AIDS: Čt 12. listopadu 8<sup>00</sup>–13<sup>30</sup> v prostorách SVČ Domeček**

Interaktivní zdravotně vzdělávací program pro 1. ročníky středních škol. Přihlášky mailem na [info@nspz.cz](mailto:info@nspz.cz). Zajišťují lektori Národní sítě podpory zdraví.

## **Autismus jako fenomén: Čt 12. listopadu 16<sup>30</sup>–18<sup>30</sup> v zasedací místnosti Městského úřadu**

Přednáší Michal Roškaňuk, Adventor, o.s. Vstup volný.

## **Hry našich babiček a dědečků: Pá 13. listopadu 15<sup>00</sup>–17<sup>00</sup> v tělocvičně SVČ Domeček**

Zábavné soutěžní odpoledne pro děti z MŠ, jejich rodiče i prarodiče. Zajišťují lektori Národní sítě podpory zdraví.

## **Plaveme 1+1: Po–Pá 9. – 13. listopadu 13<sup>00</sup>–21<sup>00</sup> v krytém bazénu**

Jeden volný vstup ke každé zakoupené vstupence na krytý bazén (nutno zakoupit vstupné, nelze použít čip).

Změna programu vyhrazena.

**TĚŠÍME SE NA SETKÁNÍ VE ZDRAVÍ A PRO ZDRAVÍ!**

Týden zdraví finančně podpořila firma

**Mondelēz**  
International

