



25.04

no 10:00 līdz 17:00
Rīgas ielā 57a, pie IKI veikala (RAF)



Chance
community-health.eu



Veselības maratons Jelgavā

Programmā:

9:00 - Īpašā fizisko aktivitāšu programma senioriem fizioterapeita vadībā

(tikšanās 8:50 pie **iki** centrālās ieejas kustībām brīvos tērpos)

10:00 - Veselības maratona atklāšana

10:30 - Veselīga dzīvesveida formulu prezentācijas skolēnu konkursa

„Esi vesels savās mājās” ietvaros

12:00 - Veselības „maratons” ģimenēm RAF meža takā

(reģistrācija no 10:00 – 11:00 pie **iki** NOLIKUMS: www.jzk.lv)

16:00 - Konkursa un maratona dalībnieku apbalvošana

(uz skatuves)

Visas dienas garumā no 10:00 līdz 17:00 **iki** laukumā:

- zemnieku veselīgu produktu tirdziņš
- veselības stāvokļa diagnostika par brīvu
zobu veselības pārbaude, cukura daudzuma noteikšana asinīs.
- sirds veselības kabinets
- CO mērīšana smēķētāju izelpā
- informācija par reproduktīvo veselību
- konsultācijas ar sporta ārstu
- pirmās palīdzības „skola”
- auto ergonomika un auto sports
- dažādas aktivitātes un konkursi visai ģimenei
- Jelgavas mākslinieku priekšnesumi

Speciālistu lekcijas par veselīgu dzīvesveidu

(Ieluveikala **iki** telpās):

10:30 – 11:30 Apziņas ekoloģija.

Aleksandrs Mantess, Dabas skolas vadītājs

11:40 – 12:40 Folla diagnostika - cilvēka veselības stāvokļa noteikšana, izmantojot organisma enerģētiski aktīvos punktus.

Normunds Ūzulēns, Folla diagnostikas speciālists

12:50 – 13:50 Ajūrvēda - dzīves māksla, kā būt veselam bez zālēm.

Eva Muižniece, Ajūrvēdas masiere

14:00 – 15:00 Dzīve bez tabakas.

Baiba Plāse, Sabiedrības veselības aģentūra

15:10 – 16:10 Bīskopības produkti veselības uzlabošanai.

Bīskopis Jānis Vainovskis.



Esi vesels savās mājās!

Valrāk informācijas: www.jzk.lv

Pasākumu atbalsta:

