



OBČINA
HOČE-SLIVNICA

VeGeC
OBČINE HOČE-SLIVNICA
prostor druženja



OBMOČNO ZDRUŽENJE
Maribor



ŽIVIM ZDRAVO -delavnica in druženje-

V torek, **23. 4. 2024, ob 11. 15** vas vabimo v prostore VeGeC Rogoza na **delavnico ŽIVIM ZDRAVO**, ki jo pripravljamo v sodelovanju z Centrom za krepitev zdravja Maribor in Rdečim križem Slovenije – Območno združenje Maribor.

Na delavnici boste pridobili osnovne informacije o **zdravem življenjskem slogu** – kako se zdravo prehranjevati, koliko telesne dejavnosti potrebujemo, kako se spoprijeti z vsakdanjimi stresnimi situacijami, katere so škodljive razvade ter kakšen je proces spreminjanja navad. Spoznali boste delovanje Centra za krepitev zdravja ZD Maribor in aktivnosti, ki vam jih lahko ponudijo.

V sklopu delavnice bo potekalo tudi druženje, prav tako bodo udeleženci lahko podali svoje predloge o nadaljnjih aktivnostih.



VeGeC Občine Hoče – Slivnica

Rogoška cesta 60, 2204 Miklavž na Dravskem polju - Rogoza
Orehova cesta 26, 2312 Orehova vas



030 465 270



vegec@hoce-slivnica.si

Delovni čas: od ponedeljka do petka od 7.00 do 15.00.

Vse dejavnosti so brezplačne, financira jih Občina Hoče-Slivnica.

Pri izvedbi delavnic in tečajev nam pomagajo prostovoljci.