

VABILO NA DOGODEK DAN ZA KREPITEV ZDRAVJA CERKLJE

ZA Osnovno šolo Davorina Jenka

Petek, 29. MAJ 2026

🕒 9.00–12.00 in

Vabimo vas na Dan za krepitev zdravja, kjer boste lahko na enem mestu spoznali številne strokovnjake, opravili brezplačne meritve, prejeli individualne nasvete in aktivno sodelovali v delavnicah za boljše zdravje in počutje. Dogodek je namenjen vsem generacijam – vsak posameznik lahko najde nekaj zase, ne glede na starost ali zdravstveno stanje.

♥ **CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA KRANJ**

Kot organizator dogodka bomo strokovnjaki CKZ Kranj poskrbeli za celostno obravnavo:

- Fizioterapevti in kineziologi: testiranje telesne pripravljenosti in svetovanje o primerni telesni dejavnosti
- dietetiki: analiza telesne sestave in interpretacija rezultatov
- psihologi: svetovanje in predstavitev programov za duševno zdravje
- diplomirane medicinske sestre: individualno svetovanje o zdravem življenjskem slogu, merjenje krvnega tlaka, zaščita pred soncem, ukrepanje ob piku čebele ali ose, zaščita pred klopi in pravilno odstranjevanje klopa.

➡ Z vsemi strokovnjaki se boste lahko dogovorili tudi za nadaljnje individualne obravnave v ZD Kranj.

🤝 **SODELUJOČI na dogodku in njihove aktivnosti**

Erika Rant – BIOPTRON (Zepter Slovenija) Predstavitev medicinskega pripomočka BIOPTRON – svetlobna terapija za podporo regeneraciji in zdravljenju telesa. Naravna, varna in učinkovita metoda za izboljšanje počutja.

GORENJSKE LEKARNE, Na stojnici bodo predstavljali lekarniške kognitivne storitve (farmacevtsko skrb, brezšivno skrb, pregled uporabe zdravil). Mimoidoče bodo izobraževali o pravilni in varni uporabi zdravil. Obiskovalci se bodo lahko dogovorili za termin storitve "Pregled uporabe zdravil" ter pravilno odvrgli svoja odpadna zdravila (s sabo bodo imeli bomo zabojnik za odpadna zdravila).


OPTIKA CLARUS & AUDIO CLARUS - Center dobrega vida in sluha je združitev Optike Clarus in Audia Clarus. V Centru dobrega vida in sluha celostno skrbijo za vaš vid in sluh. Posameznik na enem mestu opravi brezplačen test vida, kot tudi informativni preizkus sluha. Njihova prva misel so starejši. Želijo jim omogočiti enostaven in brezplačen dostop do testa vida in sluha. Ta Center dobrega vida in sluha so pripravili posebej za njih. Poleg brezplačnega testa vida in preizkus sluha, so voljo so tudi brezplačna popravila in čiščenje očal ter brezplačno svetovanje.

DRUŠTVO ZA OSTEOPOROZO – Začetki društva segajo v leto 2000, ko se je peščica sestala na ustanovnem zboru. V maju, na dan mladosti, so že odšle na prvi izlet v Strunjan, oktobra pa

začele telovaditi. Niti predstavljale si niso, da bo to gibanje v kratkem času pritegnilo toliko članic, saj je društvo leta 2003 združevalo že okrog 800 žensk, leta 2010 jih je štelo neverjetnih 1093, zdaj pa jih je še vedno zelo veliko – 950. So najmočnejše društvo v Zvezi, delujejo v 40 skupinah; v hribih imajo odprte društvene vpisne knjige.

Na stojnici bodo predstavljali materiale in novostmi ter svoj program. V Kranju, Preddvoru in Šenčurju bodo izvajali UZ meritve kostne gostote (na petnici).

 **Patronažna služba Kranj** - Izvajali bodo oceno FRAX, merili krvni tlak, izvajali svetovanje.

 Dogodek bo potekal v prijetnem vzdušju in v vsakem vremenu (v primeru slabega vremena v notranjih prostorih).

 Vabljeni vsi, ki želite narediti nekaj dobrega zase!

Kaj potrebujete udeleženci? »En« velik kup dobre volje in pripravljenosti za sodelovanje, udobna športna oblačila so na ta dan že skoraj obvezna oprema. Udeležba je za vse udeležence povsem brezplačna.

Za vse dodatne informacije smo vam na voljo: jana.lavtizar@zd-kranj.si

Se vidimo, skupaj migamo in skrbimo zase.

Jana Lavtižar, mag. zdr. nege
Vodja Centra za krepitev zdravja ZD Kranj