



Data wydarzenia

07.07.2024 13:00 - 17:00

Organizator

Gmina Czaplinek, współorganizator: Czaplinecki Ośrodek Kultury

Miejsce

czaplinecki deptak

Opis wydarzenia

Burmistrzynie Czaplinka serdecznie zaprasza na "**I Festyn Zdrowia**", który odbędzie się **7 lipca 2024 roku w godzinach 13:00 - 17:00 na czaplineckim deptaku.**

Wydarzenie ma na celu promowanie zdrowia.

W programie:

- Degustacja zdrowej żywności
- Zumba Kids
- Stretching
- Gimnastyka korekcyjna dla dzieci
- Nordic walking
- Pierwsza pomoc przedmedyczna
- Badania pomiaru cukru, cholesterolu i ciśnienia krwi
- Porady podologa, dietetyka medycznego, zdrowia psychicznego, dermatologa

- Pomiar składu ciała
- Program "Profilaktyka 40 PLUS"
- Fizjoterapia
- Instruktaż samobadania piersi i jąder z wykorzystaniem fantomu
- Instruktaż higieny jamy ustnej
- Kompendium wiedzy o profilaktyce zdrowotnej
- Refleksologia
- Pokaz masażu
- Ćwiczenia oddechowe dla zdrowia

Dodatkową atrakcją będzie festiwal sałatek organizowany przez Cafe Rynek Bistro "Płacisz raz, jesz, ile chcesz i jak chcesz", które zaprasza także na owocowe koktajle i lemoniady.

Zapraszamy wszystkich mieszkańców do wzięcia udziału w festynie, by wspólnie promować zdrowy styl życia i cieszyć się dniem pełnym zdrowia i radości.

[Wszystkie wydarzenia](#)

- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)