

## Pojďme žít zdravě v České Lípě



ZDRAVÝ LIBERECKÝ KRAJ Liberecký kraj KHS Libereckého kraje se sídlem v Liberci Česká lípa

Pod záštitou **Mgr. Petra Tulpy**, člena rady kraje, řízení rezortu zdravotnictví, **RNDr. Víta Příkaského**, člena rady kraje, řízení rezortu hospodářského a regionálního rozvoje, evropských projektů a rozvoje venkova a **Mgr. Romany Žatecké**, starostky města Česká Lípa

vás zveme k účasti na akci

# POJĎME ŽÍT ZDRAVĚ

## „Den zdraví ve Zdravém Městě“

středa 20. května 2015 od 13.00 do 17.00 hodin  
**KD Crystal – Česká Lípa**  
vstup je zdarma

**Program:**

**„Správný pohyb neboli“** – nabídka pohybových aktivit pro všechny věkové kategorie (základní protahovací cviky pro svalové skupiny zad, horních i dolních končetin, dechová cvičení, cviky s prvky jógy, ergonomie pracovního prostředí a mnoho dalších praktických rad od zkušených fyzioterapeutek z oddělení léčebné rehabilitace), Nemocnice s poliklinikou Česká Lípa, a.s.

**„Nemocniční lékárna a její nabídka je pro všechny občany města“** – široký sortiment doplňků stravy, dětské výživy, léčebné a vlasové kosmetiky, výběr z široké palety prostředků zdravotnické techniky např. pro těhotné a kojící ženy, ortopedické pomůcky, diapomůcky, inkopomůcky představí odborný personál nemocniční lékárny, pro který je samozřejmostí profesionální přístup ke svým klientům

**„Víte, co vám prospívá a co škodí?“** – nabídka měření vybraných ukazatelů zdravotního stavu (množství tuku v těle, síla stisku ruky), informace o zdravém životním stylu, negativním vlivu nikotinu na lidský organismus, konzultace s odborníky přímo na místě nebo doporučení konkrétního pracoviště k individuálnímu řešení, Státní zdravotní ústav dislokované pracoviště podporu

Česká Lípa je od roku 2007 zapojena do Národní sítě zdravých měst ČR v rámci projektu WHO „Zdravé město“.

14. 05. 2015 08:57

Již třetím rokem se uskuteční akce **Pojďme žít zdravě** pod názvem **"Den zdraví ve Zdravém Městě"**. Akce se koná **ve středu 20. května 2015 v KD Crystal – Česká Lípa** pod záštitou Mgr. Petra Tulpy, člena rady kraje, řízení rezortu zdravotnictví, RNDr. Víta Příkaského, člena rady kraje, řízení rezortu hospodářského a regionálního rozvoje, evropských projektů a rozvoje venkova a Mgr. Romany Žatecké, starostky města Česká Lípa.

Pro účastníky je v letošním roce připraven následující program:

- **"Správný pohyb neboli"** – nabídka pohybových aktivit pro všechny věkové kategorie (základní protahovací cviky pro svalové skupiny zad, horních i dolních končetin, dechová cvičení, cviky s prvky jógy od zkušených fyzioterapeutek z oddělení léčebné rehabilitace), Nemocnice s poliklinikou Česká Lípa, a.s.
- **"Nemocniční lékárna a její nabídka je pro všechny občany města"** – široký sortiment své nabídky představí odborný personál nemocniční lékárny, pro který je samozřejmostí profesionální přístup ke svým klientům

- **"Víte, co vám prospívá a co škodí?"** - nabídka měření vybraných ukazatelů zdravotního stavu ( množství tuku v těle, síla stisku ruky), informace o zdravém životním stylu, negativním vlivu nikotinu na lidský organismus, konzultace s odborníky přímo na místě