



Preiļu
novads

ATCELTS! 21. un 22. oktobrī Veselības nedēļa SIA “Preiļu slimnīca” ATCELTS!

Publicēts: 09.10.2020.

[Veselība](#)

[Pašvaldībā](#)

[Iedzīvotājiem](#)

ATCELTS!

21. oktobrī – Lielajā Veselības diena, kura tiks veltīta sirds un asinsvadu saslimšanām, iedzīvotāji tiks informēti par sirds un asinsvadu veselību, nodrošinot izglītojošo sadaļu diskusijas/lekcijas veidā, kā arī saņemot konsultācijas, praktiskus ieteikumus sirds un asinsvadu slimību profilaksei.

22. oktobrī – Lielajā Veselības diena, kura tiks veltīta cilvēka psihiskajai veselībai, dalībniekiem būs iespēja noklausīties lekciju/diskusiju par cilvēka garīgo veselību, piedalīties praktiskās nodarbībās, kas sekmē garīgo slimību profilaksi.

Abās dienās no plkst. 16:00 līdz 19:00 būs iespēja veikt ekspress mērījumus un noteikt:

- Holesterīna līmeni asinīs (ierobežots skaists – 50 personas);
- Cukura līmeni asinīs (ierobežots skaists – 50 personas);
- Ķermeņa masas indeksu (neierobežoti);
- Asinsspiedienu un pulsu (neierobežoti).

Visas aktivitātes ir bezmaksas un aicinām ikvienu interesentu.

Uz nodarbībām medicīnas fitnesa centrā “PS Fit” OBLIGĀTA IEPRIEKŠĒJA PIETEIKŠANĀS pa tālr. 26413288.

Rūpēsimies par savu veselību!

VESELĪBAS NEDĒĻA

21.10.

LIELĀ VESELĪBAS DIENA

(VELTĪTA SIRDIS UN ASINSVADU VESELĪBAS VEICINĀŠANAI)

MEDICĪNAS FITNESA CENTRĀ

(8 dalībnieku ierobežojums uz katru vingrošanas nodarbību)

15:30-16:10

"Vingrinājumi seni"

16:15-17:00

Arbaidzīgā darba ietekme uz veselību
Arbaidzīgā darba vietas izvēle
Vingrinājumi fizioterapeita A. Sudnika vadībā

POLIKLĪNIKAS FOAJĒ

17:15-18:00

Lekcija "Sirds un asinsvadu veselība"
vada sertificēta kardioloģe T. Ljova

18:10-19:00

Diskusija "Sabalansēts uzturs"
vada naturopāte L. Kivleniece

22.10.

LIELĀ VESELĪBAS DIENA

(VELTĪTA GARĪGĀS VESELĪBAS VEICINĀŠANAI)

POLIKLĪNIKAS FOAJĒ

16:00-17:00

"Holesterīna līmenis asinīs"

"Arteriālās hipertensijas indeksis"

"Sirds ritms un asinsspiediens un pulss"

vada sertificētas medicīnas māsas

POLIKLĪNIKAS FOAJĒ

16:00-17:00

"Tibetas trauku meditācija"

(12 dalībnieki)

19:10-20:00

"Aromterapija cīņā pret stresu un
Tibetas trauku meditācija"
(12 dalībnieki)
vada aromterapijas speciāliste K. Štašulāne

POLIKLĪNIKAS FOAJĒ

17:15-18:00

Lekcija "Cilvēka garīgā veselība"
vada psihoterapeits V. Katkevičs

18:10-19:00

Diskusija "Kā neapstāt stresu"
vada naturopāte L. Kivleniece

Uz nodarbībām medicīnas fitnesa centrā **OBLIGĀTA IEPRIEKŠĒJA PIETEIKŠANĀS** pa tālr. **26413288**

VISAS AKTIVITĀTES IR BEZMAKSAS UN AICINĀTS TIEK IKVIENS INTERESENTS

ESF PROJEKTA NR. 9.2.4.2/16/1/078 "PĀSĀKUMI PREIĻU NOVADĀ VIETĒJĀS SABIEDRĪBĀS VESELĪBAS VEICINĀŠANAI UN SLIMĪBU PROFILAKSEI" IETVAROS

<https://www.preilu.lv/lv/jaunums/atcelts-21-un-22-oktobri-veselibas-nedela-sia-preilu-slimnica-atcelts>