



VRHUNSKI ACTIVE & HEALTHY PROGRAM – 10 dana do boljeg zdravlja

SLJEME



Usmjerite svoj život u pravom smjeru. Uključite se u program - 10 DANA DO BOLJEG ZDRAVLJA: POKRENITE SE NA SLJEMENU U RITMU ZDRAVIH KORAKA - koji započinje 23. ožujka i traje do 1. travnja. Neka to bude vaš prioritet u stjecanju i očuvanju zdravlja, jer ovaj je vrhunski active & healthy program prvenstveno namijenjen osobama s viškom kila koje žele spriječiti zdravstvene tegobe ili nisu zadovoljne svojom težinom.

Sve zdravstvene programe koji su besplatni koordinira Udruga za prevenciju prekomjerne težine uz pokroviteljstvo Gradskog ureda za zdravstvo i Grada Zagreba.

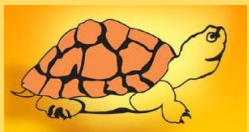
Program uključuje: 6 obroka dnevno (koje slažu sami korisnici), motivacijsku radionicu i cjelodnevne savjete nutricionistice. Uključuj i korištenje bazena, fitness dvorane, vježbanje pod nadzorom kineziologa, psihološke radionice, dolazak estetskog kirurga i fizioterapeuta te predavanja **prof. Ž. Metelka, prof. M. Koršića, dr. A. Jelaske, prof. H. Pintarića, prof. D. Orlića, prof. Lj. Eljuge, dr. Lj. Mišura** i drugih vrsnih liječnika.



Udruga za prevenciju prekomjerne težine

zdravlje
ljepota





zdravlje
ljepota



U program su uključeni troškovi 10-dnevnog smještaja u hotelu Tomislavov dom na Sljemenu (Cjeloviti program dostupan je na www.uppt.hr). Za sve informacije se javiti Antonija Eman, Hotel Tomislavov dom, telefon: 01/4560-400, fax: 01/4560-401

Mogućnosti plaćanja:

(uplatu se vrši direktno prema Tomislavovom domu – Sljeme, telefon: 01/4560-400)

- gotovina, netbanking internet bankarstvo, opće uplatnice, kreditne kartice
- Obročno plaćanje je moguće sa svim kreditnim karticama i gotovinom.**

Na početku i kraju programa čekirat će se zdravstveni status sudionika (mjerjenje tjelesne težine, tlaka, šećera i kolesterola), a po završetku programa njihovo zdravstveno stanje pratiti se još godinu dana.

Tri najuspješnija učesnika koji su usvojili zdrave navike i poboljšali svoj zdravstveni status dobit će vrijednu nagradu na kraju boravka.

Cjelodnevne zdravstvene edukacije sa svim radionicama otvorene su svim građanima besplatno koji dođu na Sljeme. Putem Radio Sljemena će se svaki dan obavještavati o dnevnom događanju programa.

Kod predbilježbe obavezno navedite: ime i prezime, godinu rođenja, tjelesnu težinu, eventualne kronične bolesti (visoki tlak, šećer, kolesterol, srčane tegobe idr)

Predbilježiti se možete na mail: sonja.njunjic@gmail.com

Ukoliko se ne prijavi dovoljan broj učesnika najkasnije 5 dana prije početka programa obavijestit će se učesnici o novom datumu početka programa.

U skladu s planom Ministarstva zdravlja RH za prevenciju kroničnih nezaraznih bolesti i smanjenje prekomjerne tjelesne težine.

Udruga za prevenciju prekomjerne težine

Marulićev trg 15, Žiro-račun: 2360000-1101619738, OIB 96312589061 Zagreb 10000

 sonja.njunjic@gmail.com  +385 1 4828-237  +385 1 4828-237  091/ 4828 237
<http://www.uppt.hr>