



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Město Jilemnice
pořádá v rámci projektu Rozvoj MA21
Sérii přednášek Zdravý životní styl



ZDRAVÁ ZÁDA / SEDAVÉ ZAMĚSTNÁNÍ

23. května 2017 v 15:00 hod.

Přednášející: Mgr. Tereza Rogalewiczová

Informační centrum pro mládež v Jilemnici
Komenského 1, Jilemnice – budova bývalého pivovaru

Ústupné: VOLNÉ

Obsah přednášky:

- Nejčastější příčiny bolestí v pohybovém aparátu
- "Když bolí záda"
- VAS (Vertebrogenní algický syndrom)
- Variabilita klinických obtíží a co s tím?
- Zdravý pohyb
- Ergonomie práce



**Během přednášky ICM zajistí hlídání dětí (od 4 let).
Je nutné zavolat předem na tel. číslo 605 933 825**

Projekt: Rozvoj MA21 v Jilemnici
Registrační číslo projektu: CZ.03.4.74/0.0/0.0/16_033/0003005
Termín realizace: 01/2017 – 12/2018