

Spoštovane občanke in občani,

V nadaljevanju vas obveščamo o zanimivih delavnicah, predavanjih, ki se v sklopu različnih projektov odvijajo v naši občini. Vabljeni, da se nam pridružite.

Župan, dr. Andrej Steyer

DELAVNICA O ZDRAVILNIH ZELIŠČIH Z GOSPO DANICO KOLARIČ Projekt **MojE-kolo = Moje zdravje**

V naši neposredni bližini, na sosednjem hribu Sv. Ane, živi gospa Danica Kolarič. V sožitju z naravo, ki jo neizmerno spoštuje, nabira njene cenjene darove - plodove, zelišča in zeli, ki jih z dolgoletnim znanjem zna pripraviti na način, ki blagodejno in zdravilno vpliva na naše telo.

Delček modrosti bo velikodušno podelila z nami.

Predstavila nam bo nekatera zelišča in pripravke iz njih, njihov pomen, značilnosti in uporabo (čaji, tinkture, sirupi, mazila ...). Izvedeli bomo marsikaj o postopkih nabiranja in sušenja zelišč. Zanimivo in poučno bo.

VABIMO VAS

**6. OKTOBRA 2021 MED 15.00 IN 18.00 URO
NA DELAVNICO O ZDRAVILNIH ZELIŠČIH,
KI BO PRED HIŠO DOBROT APAČE.**



Ker bo ta dan tudi DAN ODPRTIH VRAT HIŠE DOBROT APAČE, vam bodo predstavili še nekatere novosti in razširjeno lokalno ponudbo v trgovinici.



V projektu **MojE-kolo = Moje zdravje** s tem dogodkom ponovno poudarjamo pomembnost zdravega načina življenja v sožitju z naravo in gibanjem.

Vabljeni !



Dogodek bo potekal skladno s priporočili NIJZ in na dan dogodka veljavno zakonodajo. V skladu z veljavnim odlokom je pogoj za udeležbo na dogodku izpolnjevanje enega od PCT pogojev (preboleli, cepljeni, testirani).



OBČINA APAČE

Projekt »MojE-kolo – Moje zdravje« je sofinanciran iz Evropskega kmetijskega sklada za razvoj podeželja (program LEADER/CLLD - ukrep 19.2) in iz programa PRP.



OBČINA APAČE



OBČINA RADENCI



CKZ
CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA
Zdravstveni dom Gornja Radgona



Društvo za
osteoporozo Pomurja, Radenci

Naturopatski center
Santé Vital⁺

Vabilo



V sklopu delavnic in predavanj projekta **NE ŽELIM ŽIVETI NEZDRAVO**, vas vabimo še na dve predavanji Centra za krepitev zdravja Zdravstvenega doma Gornja Radgona; in sicer:

»ZDRAVA IN VITALNA TREBUŠNA SLINAVKA«
Predavanje bo v sredo, **13. oktobra 2021 ob 17.00 uri**
v večnamenski sobi Kulturnega doma Apače.

Udeleženci boste s strani strokovnjakov Centra za krepitev zdravja prejeli napotke o zdravem življenjskem slogu s področja prehrane in telesne dejavnosti, kot pomembna dejavnika v boju proti kroničnim nenalezljivim obolenjem (KNB), kamor spada tudi sladkorna bolezen tipa 2. Kako skrbeti za svoje telo, da se v čim večji možni meri izognemo nastanku kroničnih nenalezljivih bolezni, ki nam pretijo zaradi načina življenja na vsakem koraku?

»ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG IN PREVENTIVA«
Predavanje bo v sredo, **20. oktobra 2021 ob 17.00 uri**
v večnamenski sobi Kulturnega doma Apače.

Velikokrat je bil pomen zdrave prehrane že poudarjen in vedno bolj se zavedamo, da je ključen dejavnik tudi v boju proti nastanku rakastih obolenj. Premalo pa se morda zavedamo pomena opazovanja svojega telesa in samopregledovanja (dojke, moda), zato bo na predavanju veliko povedanega tudi o tem. S samopregledovanjem lahko že sami ugotovimo spremembe v telesu ter morebiten začetek rakastega obolenja, posledično pa dovolj hitro začnemo z zdravljenjem.

Vabljeni!



CKZ
CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA
Zdravstveni dom Gornja Radgona

in Občina Apače



Dogodek bo potekal skladno s priporočili NIJZ in na dan dogodka veljavno zakonodajo. V skladu z veljavnim odlokom je pogoj za udeležbo na dogodku izpolnjevanje enega od PCT pogojev (preboleli, cepljeni, testirani).