



ŽILINSKÁ UNIVERZITA V ŽILINE
...univerzita s tradíciou

DEŇ ZDRAVIA

streda 12. 9. 2018



od 8,00 hod.



vestibul hlavnej univerzitnej
budovy

pre zamestnancov UNIZA organizovaného v spolupráci so
Všeobecnou zdravotnou poisťovňou

8,00 - 12,00 „Zdravotné vyšetrenia so Všeobecnou zdravotnou poisťovňou“
miestnosť AC103 a AC104

meranie cholesterolu test robený z kvapky krvi, kontrola znamienok, meranie tlaku krvi,
Pred meraniami nie je potrebné držať nijakú diétu.

8,00 - 12,00 „Keď práca v sede začína bolieť“ aula AF1A1

4 prednáškové bloky s fyzioterapeutom v trvaní 45 min spojené s ukázkami a precvičovaním
jednoduchých uvoľňovacích cvikov, ktoré môžete robiť aj v kancelárii

Na vyšetrenie a prednášku s fyzioterapeutom sa vopred objednajete u svojej personalistky
(počet miest je obmedzený).

9,00 - 10,00 „Podpora imunity a zdravia v jesenných mesiacoch“ aula AF1A2
prednáška v spolupráci so spoločnosťou JUST spojená s diskusiou

9,00 - 12,00 „Sprievodné akcie“ vestibul hlavnej univerzitnej budovy

JUST prezentácia a ochutnávka výrobkov prírodného liečiteľstva a zdravej výživy

MARY KAY prezentácia, líčenie, osobné poradenstvo

UVP tréning poskytovania 1. pomoci, možnosť vyskúšania virtuálnej reality

Všeobecná zdravotná poisťovňa služby mobilnej pobočky VŠZP, kde si môžete vybaviť
svoje požiadavky, konzultácia so zamestnancami poisťovne (kúpeľná liečba, zdravotnícke
pomôcky, mobilná aplikácia, e-recept (lieky))

Všetci ste srdečne vítaní.