



Den zdraví

se Zdravotním ústavem
se sídlem v Ústí nad Labem

Úterý 9. dubna 2019

Bezplatné měření a poradenství

9–16 hod.

Pracoviště Zdravotního ústavu
se sídlem v Ústí nad Labem,
Moskevská 15 (u Hraničáře)

- obvod pasu, hmotnost, BMI index
- tělesný tuk, krevní tlak
- hladina cholesterolu, náhodná glykemie
- nutriční konzultace, poradenství k pohybové aktivitě

Zdarma budou k dispozici také zdravotně-výchovné materiály



VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ

měření BMI, krevního tlaku, % tuku přístrojem OMRON

podrobné vyhodnocení stravovacích zvyklostí
pomocí nutričního software
vypracování individuálního zdravého jídelníčku

zhodnocení rizikových faktorů životního stylu
(alkohol, kouření, stres)

informační materiály

obecná doporučení
(výživa, pohyb, životní styl)

ZDARMA!

ZMĚNA ZAČÍNÁ V HLAVĚ!!!

Sídlíme:

budova Zdravotního ústavu se sídlem v Ústí n.L.
Moskevská 15
Ústí nad Labem
(budova vedle kina Hraničář)

Kontakt:

721 949 260
poradna@zuusti.cz
www.zuusti.cz

Otevřeno: úterý od 7:30 - 16:30 pouze po předchozím objednání