

Regionálny úrad verejného zdravotníctva
so sídlom v Starej Ľubovni
Obrancov mieru 1, 064 01 Stará Ľubovňa

Podľa rozdeľovníka

Váš list číslo/zo dňa

Naše číslo
RÚVZ/2021/01969/OPZaVkJ/35-
007412

Vybavuje/linka
RNDr. Mancalová, MPH /052/4280106

Stará Ľubovňa
10.5.2021

Vec

Svetový deň pohybom k zdraviu – 10. máj 2021
- zaslanie edukačného materiálu

V súvislosti s realizáciou plánovaných aktivít pri príležitosti „**Svetového dňa pohybom k zdraviu**“ – 10. máj 2021“ Vám v prílohe zasielame zdravotno - výchovný materiál a zároveň Vás žiadame o vyvesenie uvedeného zdravotno - výchovného materiálu na viditeľnom mieste vo vstupných priestoroch Vášho zariadenia.

Fyzická aktivita zahŕňa cvičenie, ako aj iné aktivity, ktoré zahŕňajú telesné pohyby a sú vykonávané ako súčasť hrania, práce, aktívnej dopravy, domácich prác a rekreačných aktivít. Je dôležité, zvoliť takú pohybovú aktivitu, ktorá vás bude baviť, bude vám vyhovovať a bude zodpovedať vášmu zdravotnému stavu (hmotnosť, zaťaženie kĺbov, vysoký krvný tlak, cukrovka,...).

Vďaka pohybu sme zdravší a krajší. Zvoľte si taký druh pohybu, ktorý Vám prinesie potešenie.

Pevne veríme, že pri svojej činnosti upriamite svoju pozornosť aj na vyššie uvedenú problematiku.

Príloha

„Svetový deň pohybom k zdraviu – 10. máj 2021“ - leták (1 ks)

REGIONÁLNY ÚRAD
VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA
SO SÍDLOM V STAREJ ĽUBOVNI
Obrancov mieru 1
064 01 STARÁ ĽUBOVŇA

RNDr. Mária Mancalová, MPH
regionálny hygienik

Telefón
+421-52/428 01 06

Fax
+421-52/ 432 4 1 70

E-mail
sl.zv@uvzs.r.sk

Internet
www.vzsl.sk

IČO
1733541