



# ZDRAVÁ ZÁDA S BC. PETROU WILDUMETZOVOU, DIS.

Zdravá rodina 2023

## KDE?

Wolkerova 1, 360 01 Karlovy Vary  
Dobrovolnické centrum INSTAND

## KDY?

Středa, 25. října od 15:00

Vstup zdarma

## PŘIHLÁŠENÍ NUTNÉ NA:

- [bludistekv@seznam.cz](mailto:bludistekv@seznam.cz) nebo
- 774 434 525



Zaměříme se na:

- Prevenci bolesti zad pro celou rodinu.
- Správné držení těla.
- Vliv každodenních pohybových stereotypů.

**Z cyklu**

**Zdravý životní styl v rodině**



Aktivity Zdravé rodiny 2023 jsou podpořeny Karlovarským krajem a Ministerstvem práce a sociálních věcí (neinvestiční dotace z kapitoly 313 - Rodina)