Dihamo z naravo

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Pridružite se nam pri vadbi Dihamo z naravo

Od 5. septembra do 28. oktobra humanitarno društvo Šola zdravja spet vabi na popoldansko vadbo Dihamo z naravo. Na vadbi se udeleženci naučijo preprostih metod, s katerimi umirimo dihanje in um, se sprostimo, kar omogoča lažje soočanje z vsakodnevnimi izzivi.

Doslej je na vadbi v osmih mesecih sodelovalo 2000 udeležencev, v prihodnjih dveh mesecih ste tudi vi lahko del te zgodbe. Vadbo sofinancira ministrstvo za zdravje, zato je za vse udeležence brezplačna.

Enkrat tedensko se bomo do zadnjega petka v oktobru pod vodstvom strokovno usposobljenih vaditeljev srečevali na 18 lokacijah po Sloveniji. Pridružite se nam na eni od njih:

KRAJ	SKUPINA	LOKACIJA - ZBIRNO MESTO	TERMIN
Brežice	TOPOL	Brežice: zbor v parku pri Mladinskem centru nasproti gradu	torek 17.00
Celje	DUGLAZIJA	Celje: zbor na parkirišču pri bazenu	torek 17.00
Črnomelj	JESEN	Črnomelj: zbor na Majerju	torek 17.00
Dobrova - Polhov Gradec	HRAST	Dobrava-Polhov Gradec: zbor na igrišču ŠC Gabrje	četrtek 17.30
Domžale	TISA	Domžale: zbor Češminov park	ponedeljek 17.30
Dravograd	CEMPRIN	Dravograd: zbor pred dvorcem Bukovje	torek 10.00
Kamnik	LIPA	Kamnik: zbor na železniškem postajališču Duplica-Bakovnik	torek 17.30
Ljubljana	JELKA	Ljubljana-Koseze: zbor ob bajerju pri leseni ploščadi	sreda 8.30
Ljubljana	BUKEV	Ljubljana - Polje: zbor v Zajčji dobravi pri fitnesu na prostem	četrtek 17.00
Ljubljana	SMREKA	Ljubljana-Brod: zbor na parkirišču pri blokih Tacenski dvori	torek 17.00
Medvode	JAVOR	Medvode-Preska: zbor pri NC Bonovec	četrtek 17.00
Maribor	KOSTANJ	MB: zbor Betnava gozd, pri pustolovskem parku	sreda 17.00
Metlika	BREZA	Metlika: zbor pred gradom v Metliki	petek ob 17.00
Odranci	AKACIJA	Odranci: zbor pri mlinu	sobota 7.30
Podzemelj	DREN	Podzemelj: pri gasilskem domu	ponedeljek 17.00
Preddvor	SEKVOJA	Preddvor: zbor trim otok Suh-a pri osnovni šoli	ponedeljek 17.00
Ptuj	PLATANA	Ptuj: zbor v parku Ljudski vrt pri OŠ	ponedeljek 17.00
Škofja Loka	GINKO	Škofja Loka: zbor pred novo tržnico v vojašnici	četrtek 17.00