

Trajanje: 01:00

1 / 1

Naše ledvice morajo včasih res dosti prenesti

RADIO MAXI, 9. 3. 2023, **NOVICE**, 8:00

ULA ŠEGULA (voditeljica)

Naše ledvice morajo včasih res dosti prenesti, zato je prav, da jim ob svetovnem dnevu namenimo nekaj več pozornosti. Še korak dlje pa so šli v **društvu Šola zdravja**, kjer se zavedajo, da so ledvične bolezni pogosta težava ljudi razvitega sveta, saj velikokrat izvirajo iz nezdravega načina življenja. Preveč soli, alkohola, kofeina in beljakovin, na drugi strani pa premalo vode, mineralov in vitaminov.

ANA PIRIH (**društvo Šola zdravja**)

Mi s spodbudo h gibanju ozaveščamo tako, da prav vsak dan, torej ne samo na svetovni dan ledvic, organiziramo brezplačne **jutranje telovadbe**, in sicer ob zgodnji jutranji uri, da spodbujamo gibanje, ki je primerno za vse in pa hkrati tudi druženje.