

Invitation til alle borgere i Durup og omegn

Afslutningsfest af projekt "SAMMEN OM SUNDHED"



KOM OG VÆR MED - ALLE ER VELKOMNE

D. 9. januar 2019 kl. 16-19
i Durup Idræts- og Svømmehal

Kl 16.00 - 18.00 "SAMMEN OM KROPPEN"

Er I børnefamilie?

- Få inspiration til madpakken
- Lav jeres egen madplanskasse
- Aktiviteter for børn og barnlige sjæle
- Gode skærmvaner i familien

Er du +65 år?

- Kom og hør diætist fortælle om kostens betydning for kroppen kl. 17.
- Prøv vægten og få bl.a. dit BMI
- Idéer til en uges madplan
- Færdiglavet mad er det en mulighed for dig?

Er du ung?

- Test din viden om seksuel sundhed gennem et spil.
- Få en snak med sexologisk rådgiver om prævention og sex – (alt det du ikke vil snakke med mor eller far om).
- Kan du klare forhindringsbanen med promillebriller på?
- Få en snak om snus og tobak
- Konkurrence: "Er du hurtigst til at skifte sengetøj?"

Kom og tilmeld dig til det lokale rygestopkursus

Har du en kronisk sygdom?

- Har du diabetes? Så kom og hør diætist fortælle om sukker og sødestoffer kl. 16.
- Få testet dit blodsukker
- Få målt dit blodtryk
- Få målt din lungefunktion
- Få testet din form

**Fællesspisning
er
GRATIS
eks. drikkevarer**

Kl 18.00 - 19.00 Fællesspisning med taler, sange og sjove indslag

Tilmelding til fællesspisning (skriv antal børn/voksne)
senest d. 20. december 2018
på mail: lgan@skivekommune.dk eller sms: 22769386

Med venlig hilsen
Partnerskabsgruppen i Durup & Sundhedscenter Skive