

# zdrav življenjski slog

- **CINDI delavnice**
- Zdravo gibanje
- Zdrava prehrana
- Hujšanje oz. pridobitev idealne telesne teže
- Dejavniki tveganja
- Druženje
- **Brezplačno v Zdravstvenem domu**
- **ZDRAVJE FIT**
- delavnice za obvladovanje stresa,
- za pravilno razporeditev aktivnih in pasivnih dejavnosti čez dan,
- uravnovesite svoje moči in
- načrtujte svoj čas za življenje v harmoniji
- na [depresija@zdravje.me](mailto:depresija@zdravje.me)