

V rámci kampaně ke Světovému dnu diabetu, který připadá na 14. listopadu, pořádá Státní zdravotní ústav a jeho dislokovaná pracoviště preventivní akce v celé ČR



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



SVĚTOVÝ DEN DIABETU

Středočeský kraj Hlavní město Praha

14. 11. Den diabetu, Karlovo nám., partner akce
Dny zdraví na pracovišti SZÚ pro veřejnost

Plzeňský kraj Plzeň

16. 11. Den diabetu v areálu Bazén Lochotín
Dny zdraví na pracovišti SZÚ pro veřejnost

Jihomoravský kraj

Hodonín 15. 11. Den diabetu

Adamov 21. 11. Den diabetu

Boskovice 25. 11. Den diabetu

Kraj Vysočina

Jihlava

24. 11. Krajský diabetologický den, preventivní aktivity pro veřejnost
Dny zdraví na pracovišti SZÚ pro veřejnost

Moravskoslezský kraj

Frýdek-Místek

14. 11. Den diabetu - den zdraví, Poliklinika Frýdek-Místek

Karviná

16. 11. Den otevřených dveří na pracovišti v Karviné

Liberecký kraj

Liberec

14. 11. Pohybem proti diabetu, Plavecký bazén, Liberec

Více informací o našich akcích naleznete na www.szu/svetovy-den-diabetu-14-listopadu-2016

Vhodnou prevencí se můžeme této nemoci vyhnout.



Každý schod se počítá



aneb

jak můžete spálit více energie při práci
v kanceláři za **30 minut**



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Kancelář v pohybu

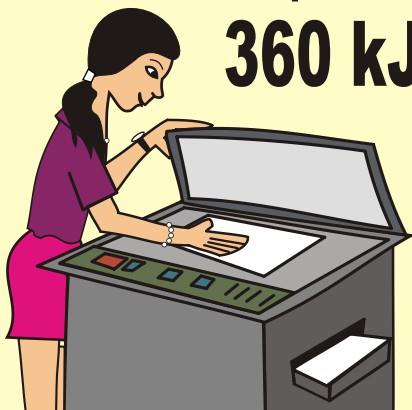
Sezení u počítače,
na jednáních

237 kJ



Stání u počítače,
kopírování

360 kJ



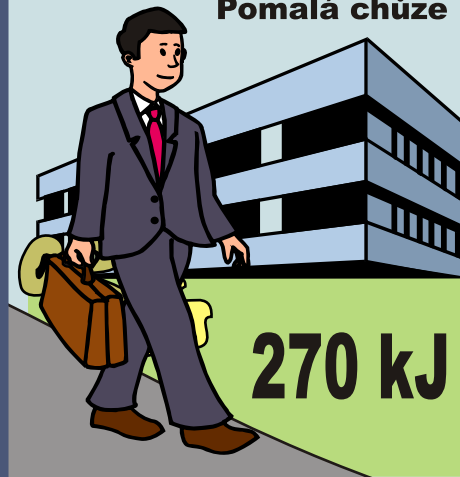
Prezentace ve stoje

360 kJ



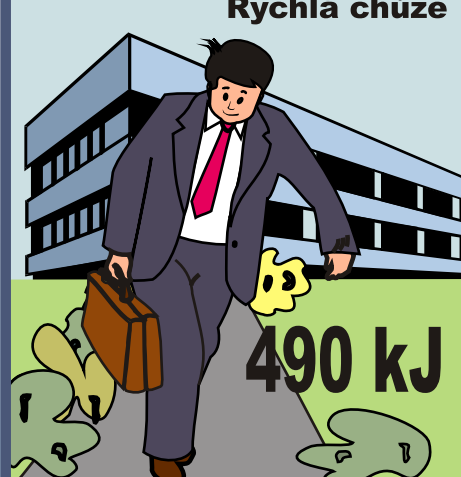
Pomalá chůze

270 kJ



Rychlá chůze

490 kJ



Přenášení
předmětů
7 kg

430 kJ



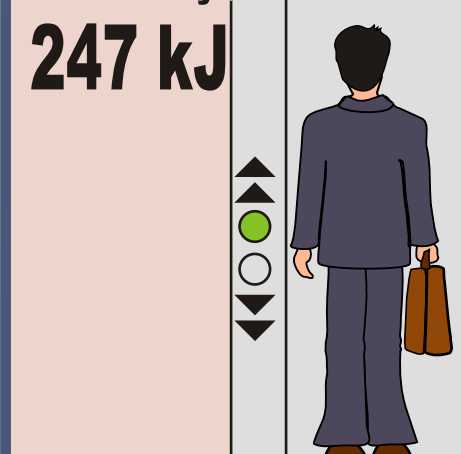
Stání na eskalátoru

247 kJ



Jízda ve výtahu

247 kJ



Chůze do schodů

1260 kJ

