



СОЮЗ ПСОРИАЗА

приглашает
на дни здоровья в Вооремаа

EPsoL

Союз Псориаза Эстонии ждет Вас на дни здоровья, которые проводятся **09 – 10 сентября 2023 в Вооремаа.**

ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ :

09 сентября – День Ходьбы с обучением по показателям здоровья

- 08.00 – Выезд из Таллинна от дома на Тоомпуйестээ 10
10.30 - Прибытие в Йыгева, регистрация
12.00 – Участие на Дне Ходьбы Союза Ревматизма в **Йыгеваском Спортхолле и на стадионе**
В программе ходьба с палочками на разных дистанциях, упражнения, лекции по темам здоровья, обед, концерт и оздоровительная продукция.
16.30 – Отъезд на место ночлега в Центр отдыха Вооре
17,00 - Прибытие в Центр отдыха Вооре, регистрация и заселение
18.00 – Обучение “Главные показатели здоровья на основе анализов крови” – *ответственный лабораторный врач Synlab Eesti OÜ д-р Аннели Рааве-Сепп:*
- важность анализов крови в проверке здоровья
- как готовиться и на что обратить внимание при сдаче крови
- оценка результатов анализов
- важнейшие анализы при воспалительных хронических заболеваниях
20.00 – Ужин и свободное время
23.00 – Ночной покой

10 сентября – День здоровья глаз

- 08.30 – Завтрак
09.30 – Продажа оздоровительной продукции
10.30 – Учебная программа оптометриста Керстен Либа (вопросы и ответы также и на русском языке):
- плавающие помутнения стекловидного тела
- халязион или «градина»
- блефарит
- стиль жизни для сохранения хорошего зрения, исследования глаз
- глазные капли и их использование при различных проблемах
13.00 - Обед
14.00 – Учебная программа по здоровью глаз продолжается
16.30 - Отъезд домой, остановки по желанию участников
19.00 - Ориентировочное время прибытия в Таллинн

Плата за участие **48 €**. Участникам, прибывающим своим транспортом, просим договориться о сумме оплаты отдельно. Плату за участие следует перечислить на счет Eesti Psoriaasiliit nr. EE101010052032580002 в SEB банк или внести наличными в кассу.

Инфо и регистрация: тел. 5052455 (Георг Юрканов), e-mail: georg.jurkanov@gmail.com

Последняя дата регистрации **02 сентября 2023.**

*Надеемся на Ваше активное участие,
Правление Союза Псориаза Эстонии*

