

NOVEMBER

GERINCTORNA KEDDEN ÉS CSÜTÖRTÖKÖN :

Csányi-Tóth Zsófia – gyógytornász vezetésével

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet, EFI Gyógytorna terem

Időpont: délelőtt: **08.00 – 09.45.**
délután: **13.30. – 14.15.**

GYALOGLÓKLUB: Minden héten PÉNTEKEN:

Helyszín: Mezőtúr Bányató

Időpont: 13:00

CUKORBETEGEK VILÁGNAPJA

Időpont: 2022.11.15. 13:00

Helyszín: Mezőtúr Községi ház, Jurta terem

Vércukor és vérnyomásmérés

Plánka Zsuzsa- pszichológus: Cukorbetegség és a diéta elfogadása pszichológus szemmel

Csányi-Tóth Zsófia. gyógytornász válltora

PÁLYAORIENTÁCIÓS NAP

Helyszín: Túrkeve Petőfi Sándor Általános Iskola

Időpont: 2022.11.17. 9:00

Az egészségügyi pálya szépségei

EFI TALÁLKOZÓ

Helyszín: Karcag

Időpont: 2022.11.25. 10:00

OKTÓBER

GERINCTORNA KEDDEN ÉS CSÜTÖRTÖKÖN :

Csányi-Tóth Zsófia – gyógytornász vezetésével

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet, EFI Gyógytorna terem

Időpont: délelőtt: **08.00 – 09.45.**
délután: **13.30. – 14.15.**

GYALOGLÓKLUB: Minden héten PÉNTEKEN:

Helyszín: Mezőtúr Bányató

Időpont: 13:00

„HATÉKONY STRESSZ KEZELÉSE ÉS KIÉGÉS MEGELŐZÉSE” címen pontszerző továbbképzést tartunk a szakdolgozók számára.

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet

Időpont: 2022.10.11.

MIRE JÓ A GYÓGYTORNA?

ELŐADÁS A GYÓGYTORNA FONTOSSÁGÁRÓL EGY KIS GYAKORLATTAL ÖSSZEKÖTVE

Helyszín: Közösségi ház Jurta terem Szív, ér klub

Időpont: 2022.10.12. 14:00

ISMERED-E A VÁROSOD? – GYALOGTÚRA

Helyszín: Mezőtúr Városháza előtt gyülekező

Időpont: 2022.10.15. 9:00

NAGYOTHALLÓ KLUB

Helyszín: Mezőtúr Közösségi ház, Jurta terem

Időpont: 2022.10.26. 14:00

Vércukor és vérnyomásmérés

Tanácsadás őszi gyümölcsökről és azok fontosságáról

BERETTYÓ-KÖRÖS TÖBBCÉLÚ TÁRSULÁS IDŐSEK OTTHONA

Helyszín: Túrkeve Ecsegi út 13.

Időpont: 2022.10.26. 13:00

Vércukor és vérnyomásmérés

Tanácsadás a mozgás fontosságáról az időskorban

SZEPTEMBER

GERINCTORNA KEDDEN ÉS CSÜTÖRTÖKÖN:

Csányi-Tóth Zsófia – gyógytornász vezetésével

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet, EFI Gyógytorna terem

Időpont: délelőtt: **08.00 – 09.45.**

délután: **13.30. – 14.15.**

GYALOGLÓKLUB: Minden héten PÉNTEKEN:

Helyszín: Mezőtúr Bányató

Időpont: **13:00**

EFI TALÁLKOZÓ

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet

Időpont: **2022.09.29. 10:00**

JÚLIUS

GERINCTORNA KEDDEN ÉS CSÜTÖRTÖKÖN:

Csányi-Tóth Zsófia – gyógytornász vezetésével

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet, EFI Gyógytorna terem

Időpont: délelőtt: **08.00 – 09.45.**

délután: **13.30. – 14.15.**

GYALOGLÓKLUB: Minden héten PÉNTEKEN:

Helyszín: Mezőtúr Bányató

Időpont: 13:00

BICIKLITÚRA

Időpont: 2022.07.18. 8:00

Helyszín: Mezőtúr Városháza- Takács tanya

A helyszínen testi és lelki feltöltődésben lehet részük. Gyógytornászunk Zsófi, sétával és játékos tornával készül. Pszichológusunk, Zsuzsi egy kérdés- felelek interaktív beszélgetést vezet, melyből megismerhetjük, a természet jótékony hatásait, a különböző érzékszerveink használatával. Majd a program végén egy relaxációt tart a csapatunknak.

EAST FEST

Időpont: 2022.07.28-30.

Helyszín: Mezőtúr Városi Strandfürdő

Testtartás elemzés, súlyzós edzés pozitív – negatív hatásairól való tájékoztatás,
IQ teszt, személyiség teszt

AUGUSZTUS

GERINCTORNA KEDDEN ÉS CSÜTÖRTÖKÖN:

Csányi-Tóth Zsófia – gyógytornász vezetésével

Helyszín: Mezőtúri Kórház és Rendelőintézet, EFI Gyógytorna terem

Időpont: délelőtt: 08.00 – 09.45.

délután: 13.30. – 14.15.

GYALOGLÓKLUB: Minden héten PÉNTEKEN:

Helyszín: Mezőtúr Bányató

Időpont: 13:00

EGÉSZSÉES MEZŐTÚRI PROGRAM

Helyszín: Mezőtúr Berettyó

Időpont: 2022.08.27. 12:00

Vércukor és vérnyomásmérés

Életmód tanácsadás