



# POLETNE *aktivnosti*

CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA  
ZDRAVSTVENI DOM AJDOVŠČINA

JULIJ

8.7.2026

**Krvni sladkor: poznate svoje vrednosti?**

*Meritve krvnega sladkorja z razlago*

dipl. med. sestra

dietetik

15.7.2026

**Ali veš, koliko sladkorja se skriva v prehrani?**

*Naravno prisotni in dodani sladkorji*

22.7.2026

**Poletni trenutki sprostitve**

*Izkustvena delavnica sproščanja*

psiholog

Vabljeni, da vabilo  
delite s svojimi bližnjimi!

fizioterapevt  
kineziolog

29.7.2026

**Vadba za zdravo hrbtenico**

*s testiranjem telesne pripravljenosti*

📍 **Center za krepitev zdravja Ajdovščina**

🕒 **8.00 do 9.30**

Za prijavo pokličite ali pošljite SMS na  
telefonsko številko 051 415 731



# POLETNE *aktivnosti*

CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA  
ZDRAVSTVENI DOM AJDOVŠČINA

AVGUST

3.8.2026

## **Poletni trenutki sprostitve**

*Izkustvena delavnica sproščanja*

psiholog

dipl. med. sestra

5.8.2026

## **Krvni sladkor: poznate svoje vrednosti?**

*Meritve krvnega sladkorja z razlago*

10.8.2026

## **Ali veš, koliko sladkorja se skriva v prehrani?**

*Naravno prisotni in dodani sladkorji*

dietetik

Vabljeni, da vabilo  
delite s svojimi bližnjimi!

fizioterapevt  
kineziolog

12.8.2026

## **Vadba za zdravo hrbtenico**

*s testiranjem telesne pripravljenosti*

📍 **Center za krepitev zdravja Ajdovščina**

🕒 **8.00 do 9.30**

Za prijavo pokličite ali pošljite SMS na  
telefonsko številko 051 415 731