

Pozvánka na DEN ZDRAVÍ

17.3.2026 - | Univerzita Pardubice

Srdečně zveme všechny zaměstnance a zaměstnankyně UPCE na akci Den zdraví, který se uskuteční 7. dubna 2026 - v den, kdy si celý svět připomíná Světový den zdraví. Tento den je věnován podpoře zdraví a zlepšení povědomí o důležitých zdravotních tématech.

Připravili jsme pro vás pestrý program plný inspirace, praktických ukázek i odborných rad, které vám pomohou získat cenné informace a dovednosti pro prevenci a péči o vlastní zdraví.

- **Léky na bolest: Jak je používat bezpečně a efektivně?** - praktické informace, které se hodí každému
- **Co je bolest a její prožitek?** - porozumění tomu, co bolest znamená a jak s ní pracovat
- **Volající a operátor: Klíčová spolupráce při záchraně života** - nahlédněte do zákulisí fungování Zdravotnické záchranné služby, naučte se reagovat v krizových situacích a efektivně komunikovat s dispečerem linky 155
- **Výživová poradna a analýza tělesného složení** - získejte přehled o svém těle a doporučení pro zdravější životní styl
- **Měření zraku** - rychlá kontrola, která může odhalit víc, než čekáte

Přijďte společně věnovat jeden den tomu nejdůležitějšímu - svému zdraví.

Těšíme se na vaši účast!

<https://www.upce.cz/pozvanka-na-den-zdravi>