

# SIRDS VESELĪBAS DIENA MĀRUPES NOVADĀ 10. jūnijā

Mārupes Kultūras namā (Mārupē, Daugavas ielā 29)

13.30-14.30 **ĀRSTNIECISKĀ VINGROŠANA SENIORIEM** (Ilga, 29658809)

15.00-16.30 **LEKCIJA PAR SIRDS MAZSPĒJAS PROFILAKSI**

(vadīs dr. Ginta Kamzola un Mārupes novada biedrības "ParSirdi.lv" vadītāja Inese Mauriņa)

Mārupes doktorātā (Mārupē, Pededzes ielā 10)

15.00-19.00 **SIRDS UN ASINSVADU SLIMĪBU RISKU PĀRBAUDE**

iedzīvotājiem no 30 līdz 60 gadu vecumam (ar iepriekšēju reģistrāciju, zvanot uz tālruņa numuru 20004039).

Ģimenes klīnikā (Babītes pagasta "Brekšos"  
(pie DUS "KOOL"))

15.00-20.00 **SIRDS UN ASINSVADU  
SLIMĪBU RISKU PĀRBAUDE**

iedzīvotājiem no 30 līdz 60  
gadu vecumam (ar iepriekšēju  
reģistrāciju, zvanot uz tālruņa  
numuru 20293225).

Pie Piņķu ūdenskrātuves

19.00-20.00 **ĀRPUSTELPU  
VINGROŠANA** ar treneri  
un Mārupes novada  
uzņēmumu "Kusties.com"  
(Andris, 22322885)

Mārupes Valsts ģimnāzijas  
stadionā

18.00-20.00 **ĀRPUSTELPU  
VINGROŠANA** (Baiba, 26400932)

Visi pasākumi ir bez maksas

