



LÍF OG HEILSA

sibs.is/lifogheilsa

ERT ÞÚ VIÐ GÓÐA HEILSU?

Hjartaheill og SÍBS taka þátt í HEILSUEFLANDI BREIÐHOLTÍ með ókeypis heilsufarsmælingum laugardaginn 10. desember kl. 10-16 í Heilsugæslunni í Mjódd.

Þar gefst Breiðhylltingum kostur á að fá mældan blóðþrýsting, blóðsykur, blóðfitu og súrefnismettun sér að kostnaðarlausu, auk þess að taka þátt í lýðheilsukönnun SÍBS „Líf og heilsa“. Verkefnið er unnið í samstarfi við Heilsugæsluna.

Pekkir þú gildin þín?

ARE YOU IN GOOD HEALTH?

Hjartaheill and SÍBS participate in HEILSUEFLANDI BREIÐHOLT with a free health check, Saturday 10 December at 10-16 in Heilugæslan Mjódd.

There you can get free check on your blood pressure, cholesterol, blood sugar and oxygenation and take part in the SÍBS “Life and health” survey. Your local Health Care will participate and provide guidance and interviews.

Do you know your health?

CHCE SPRAWDZIĆ STAN SWOJEGO ZDROWIA?

Hjartaheill oraz SÍBS w ramach projektu HEILSUEFLANDI BREIÐHOLT oferują bezpłatne badania oceny stanu zdrowia, w sobotę 10 grudnia, w godz. 10:00 - 16:00, w centrum handlowym Mjódd .

Mieszkańcy dzielnicy Breiðholt będą mogli zmierzyć bezpłatnie swoje ciśnienia tętnicze, poziom cukru we krwi, poziomu cholesterolu oraz wydolność płuc. Akcja przeprowadzona jest we współpracy z lokalną przychodnią zdrowia.

Znasz stan swojego zdrowia?

**HEILSU
EFLANDI
BREIÐHOLT** 

 **HjartaHeill**

 **HEILSUGÆSLAN**
MJÓDD

 **VERSLUN**



Ókeypis heilsufarsmæling í Mjódd 10. desember
Free health check in Mjódd 10 December



NÆRING – HREYFING – LÍÐAN – LÍFSSTÍLL