



séta^{az}orvossal



A sétát önkéntes orvosok, életmódorvosok vezetik, havi rendszerességgel, 1-1.5 óra hosszan. Az egészségügyi téma megbeszélését követően a résztvevők saját tempójukban haladnak, kötetlenül társaloghatnak. Ezek a séták nem csupán a mozgás népszerűsítésére szolgálnak: lehetőséget teremtenek az egészséges életmóddal kapcsolatos hiteles ismeretek átadására, valamint a közösségi kapcsolatok erősítésére. A program eredményességének titka a személyes jelenlét, odafordulás, a minőségben eltöltött idő.



Események ORSZÁGSZERTE

19 HELYSZÍNE

2025-ben 5 hónap
alatt több, mint
1200 résztvevő

Weboldalunk:

www.setaazorvossal.hu



Kövess minket:

[/setaazorvossal](https://www.facebook.com/setaazorvossal)



MEGISMEREM A PROGRAMOT!

Több, mint egy séta

- Fizikai aktivitás
- Egészségnevelés
- Társas kapcsolatok
- Természetben eltöltött idő

