

f (<https://www.facebook.com/thessalonikiguide>) t (https://twitter.com/cityportal_gr) G+ (<https://plus.google.com/+CityportalgrThessaloniki>)
 yt (https://www.youtube.com/channel/UC_m-GHIZtUwJxf0hZxl0QuA)

city



(https://cityportal.gr/)

{ Τελευταία νέα }

 ΔΕΥ
 ΔΕΚ
 14:14

10

 τι γίνεται στη Θεσσαλονίκη σήμερα (<https://cityportal.gr/thessaloniki/today/>), αύριο (<https://cityportal.gr/thessaloniki/today/?date=>


(<https://cityportal.gr/oi-kalyteres-synaylies-kai-live-to-dekembrio-sth-thessalonikh,137310,12,3,0>) **Οι καλύτερες Συναυλίες και live το Δεκέμβριο στη Θεσσαλονίκη**
 (<https://cityportal.gr/oi-kalyteres-synaylies-kai-live-to-dekembrio-sth-thessalonikh,137310,12,3,0>)



(<https://cityportal.gr/poies-theatrikes-parastaseis-ksekinane-sth-thessalonikh-ton-dekembrio-ti-tha-doyme-sta-theatra,137312,5,2,0>) **Ποιες θεατρικές παραστάσεις ξεκινάνε στη Θεσσαλονίκη τον Δεκέμβριο - τι θα δούμε στα θέατρα**
 (<https://cityportal.gr/poies-theatrikes-parastaseis-ksekinane-sth-thessalonikh-ton-dekembrio-ti-tha-doyme-sta-theatra,137312,5,2,0>)



(<https://cityportal.gr/agglika-enhlikwn-katallhlo-gia-asep-prokhrykseis-metatakseis-aksiologhseis-metaptyxiaka,115225,188,40,0>) **Αγγλικά Ενηλίκων. Κατάλληλο για ΑΣΕΠ, Προκηρύξεις, Μετατάξεις, Αξιολογήσεις, Μεταπτυχιακά**
 (<https://cityportal.gr/agglika-enhlikwn-katallhlo-gia-asep-prokhrykseis-metatakseis-aksiologhseis-metaptyxiaka,115225,188,40,0>)

Σεμινάρια άθλησης για καρκινοπαθείς διοργανώνει ο δήμος κάθε Τρίτη στο Πανόραμα

Facebook

Twitter

Google+

E-mail

Περισσότερα...



Προγράμματα εξειδικευμένης άσκησης προσφέρει προς τους δημότες του ο δήμος Πυλαίας-Χορτιάτη. Δείχνοντας κοινωνική αλληλεγγύη και ενισχύοντας την κοινωνική πρόνοια, ο Δήμος εγκαινιάζει μια νέα σειρά μαθημάτων με τον τίτλο «Άθληση για καρκινοπαθείς», απευθυνόμενος σε πολίτες που είτε νοσούν από καρκίνο, είτε είναι ελεύθεροι νόσου.

Τα σεμινάρια με το μότο «Η σπουδαιότητα της άσκησης για τον καρκίνο» γίνονται κάθε Τρίτη στις 9 το πρωί στην αίθουσα 1 του γυμναστηρίου «ΓΑΛΛΑΝΟΣ» στο Πανόραμα και διοργανώνονται από την Αντιδημαρχία Αθλητισμού, Πολιτισμού και Νεολαίας, σε συνεργασία με γυμνάστρια που είναι εξειδικευμένα σε θέματα καρκίνου.

Οι μετέχοντες θα μπορούν υπό την καθοδήγηση της Λουκίας Χατζηγιάννου, που είναι ιδιοκτήτριας του ZEN IN THE CITY by Loukia (χώρος εξατομικευμένης εκγύμνασης και ευεξίας), να ασκηθούν με ασφάλεια, καθώς η κ. Χατζηγιάννου είναι από τις πρώτες γυμνάστριες στην Ελλάδα που πιστοποιήθηκαν από εξειδικευμένο Αμερικάνικο Ίδρυμα εκμάθησης ασκήσεων σε καρκινοπαθείς.

Να σημειωθεί ότι σύμφωνα με όλες τις σύγχρονες ιατρικές θεωρίες η άσκηση θεωρείται πολύ σημαντική και για τους πάσχοντες από καρκίνο, αλλά και για αυτούς που είναι ελεύθεροι νόσου.

Δηλώστε συμμετοχή στα τηλέφωνα 2310308271 και 6946332020.

Κάθε Τρίτη ασκηθείτε και βελτιώστε την υγεία σας!

Cityportal Team: 04 Δεκεμβρίου 2018

Κατηγορίες: Τελευταία νέα (https://cityportal.gr/category.php?cat=latest-news&subcat_id=1302)

- Καταδίωξη και σύλληψη μέλους συμμορίας για παράνομη μεταφορά αλλοδαπών στην Εγνατία Οδό (<https://cityportal.gr/katadiwsh-kai-syllhpsh-meloys-symmorias-gia-paranomh-metafora-allodapwn-sthn-egnatia-odo,139652,1302,54,0>)
- Πάνω από 1800 άτομα συνελήφθησαν κατά τον μήνα Νοέμβριο από την Αστυνομική Διεύθυνση Θεσσαλονίκης (<https://cityportal.gr/panw-apo-1800-atoma-synelhftshsan-kata-ton-mhna-noembrio-apo-thn-astynomikh-dieythynsh-thessalonikh,139651,1302,54,0>)
- Τροχαίο ατύχημα στην Επαρχιακή Οδό Ιερισσού - Ουρανούπολης, στη Χαλκιδική. (<https://cityportal.gr/troxaio-atykhma-sthn-eparxiakh-odo-ierissoy-ouranoypolhs-sth-xalkidikh,139650,1302,54,0>)
- Διαγωνισμός αφίσας και λογοτύπου για τα 20 χρόνια του Νοσοκομείου Παπαγεωργίου (<https://cityportal.gr/diagwnismos-afisas-kai-logotypoy-gia-ta-20-xronia-toy-nosokomeiou-papageorgiou,139649,1302,54,0>)
- Έκλεψαν το «Θείο βρέφος» από τη φάτνη της Κεντρικής Πλατείας στη Λάρισα (<https://cityportal.gr/eklepsan-to-theio-brefos-apo-th-fatnh-ths-kentrikhs-plateias-sth-larisa,139648,1302,54,0>)