

"Warzywa, owoce i ruch a będziesz zdrow" [1]

Szanowni Państwo,

?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii zaprasza mieszkalców Kielc i okolic na akcję prozdrowotną pn. "Warzywa, owoce i ruch a będziesz zdrow", która odbędzie się 20 września 2017 w godz. 10.00 -14.00 na placu przy muszli koncertowej w Parku Miejskim w Kielcach.

Podczas imprezy odbywać się będą badania poziomu glukozy we krwi, pomiary ciśnienia krwi, pomiary tlenu w?gla dla osób palących i narażonych na wydychanie dymu papierosowego, a osoby chcące zrezygnować z palenia będą mogły uzyskać poradę antytytoniową.

Dietetycy z Centrum Dietetycznego Naturhouse wykonywać będą pomiar tkanki tłuszczowej z poradnictwem dietetycznym.

Będzie można także zapisać się na badania cytologiczne i mammograficzne w ramach programów profilaktycznych oraz porozmawiać na temat profilaktyki nowotworów złośliwych.

Akcji towarzyszyć będzie kiermasz warzyw i owoców ze stoiskiem z miodami, na który szczególnie zapraszamy.

Partnerami akcji są: Wojewódzka i Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna, Wojewódzki O?rodek Medycyny Pracy, Stra? Miejska.

W godz. 10.00- 14.00 młodzie? kieleckich szkół podstawowych we?mie udział w zawodach o tytu? "Super Mistrza Zdrowego ?ycia". Dzieci będą uczestniczyły w kilku zajęciach prowadzonych przez głównego organizatora i partnerów, podczas których będą rozwijały krzyżówki, układanki, puzzle, odgadywać hasła prozdrowotne a następnie będą odpowiadać na pytania dotyczące omawianych tematów. Tematem przewodnim jest promowanie zdrowego i bezpiecznego stylu ?ycia.

Poniżej wykaz planowanych warsztatów, z których każdy będzie trwał do 30 min.:

- ?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii - "Czy badania profilaktyczne są ważne? Jak przekonać do nich bliskich?"
- Wojewódzka i Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Kielcach - "U?ywki a zdrowie"
- Wojewódzki O?rodek Medycyny Pracy - "Bierne palenie - powiedz NIE"
- Stra? Miejska - "Ekologia i zdrowy styl ?ycia"
- Zrzeszenie sportu i rehabilitacji Start - sztafeta po zdrowie.

Odpowiedzi na pytania oraz wykonanie zadań podczas poszczególnych zajęć będą punktowane, co pozwoli wy?onić na zakończenie warsztatów Super Mistrza, Mistrza, Wicemistrza oraz Przewodników Zdrowego Stylu ?ycia.

Aktualności

Source URL: <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/warzywa-owoce-i-ruch-bedziesz-zdrow>

Links

[1] <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/warzywa-owoce-i-ruch-bedziesz-zdrow>