

## **Powiatowy Dzień Zdrowia 4 WRZEŚNIA 2011 -**

do skorzystania z darmowych badań i konsultacji lekarskich oraz wielu atrakcji w atmosferze rodzinnego pikniku zapraszamy całe rodziny !!!

### **O Dniu Zdrowia mówi Wicestarosta Tomasz Suś :**

Żyjemy w czasach „pędu”. Wszyscy jesteśmy zabiegani i czasami należy zastanowić się jak długo wytrzymamy. Z myślą o mieszkańcach naszego powiatu organizujemy kolejny raz Powiatowe Dni Zdrowia. Warto skorzystać z naszej oferty i spędzić najbliższą niedzielę z całą rodziną w atmosferze integracyjnej, a przy okazji zadbać o własne zdrowie.

### **Szczegóły oferty medycznej :**

Oferta bezpłatnych badań i konsultacji lekarskich obejmuje zakres możliwy do wykonania w warunkach „polowych”. Wyniki będzie można od razu skonsultować z lekarzem odpowiedniej specjalności.

### **BADANIA I KONSULTACJE :**

1. Badanie poziomu cukru i porada **diabetologa**,
2. Badanie poziomu cholesterolu oraz ciśnienia krwi i porada **kardiologa**,
3. Badanie znamion na skórze za pomocą dermatoskopu i porada **dermatologa** oraz **chirurga**,
4. Badanie gardła, ucha wykona **laryngolog**, skonsultuje także bezdechy, chrapanie, chrypkę i inne problemy laryngologiczne, można też będzie otrzymać kupon na profesjonalne badanie słuchu w gabinecie laryngologicznym,
5. Testy alergiczne u dzieci i dorosłych wykona i skonsultuje **alergolog**.

**Pielęgniarki i położne – wolontariuszki** Stowarzyszenia Hospicyjnego w Wiśniowej „Bądźmy Razem” zbadają poziom cukru, cholesterolu, ciśnienie krwi, poradzą rodzinom jak pielęgnować osoby przewlekle chore w domu , będą także uczyć kobiety i dziewczęta za pomocą fantomów jak badać piersi aby wyprzedzić ewentualną chorobę.

**Dietetyczka** oceni nasze BMI (współczynnik masy ciała) i poziom tkanki tłuszczowej oraz opracuje indywidualny plan diety.

Wolontariusze Powiatowej Szkoły Młodych Ratowników będą uczyć jak prawidłowo udzielać **pierwszej pomocy**.

W sprawach związanych z rozwojem mowy u dziecka będzie można porozmawiać z **logopedą**, **psycholog** poradzi jak zadbać o zdrowie psychiczne i radzić sobie ze stresem ale także jak np. zmotywować się do rzucenia palenia.

Będzie można także uzyskać poradę **rehabilitanta** wraz z przeprowadzeniem prostych zabiegów rehabilitacyjnych

### **Część rozrywkowa:**

Jak co roku program artystyczny jest wyjątkowo bogaty. Zaplanowane są liczne warsztaty – prowadzone między innymi przez osoby niepełnosprawne - gdzie każdy będzie mógł spróbować swoich sił w **lepieniu garnków ceramicznych**, uczestniczyć w **tworzeniu papieru czy integracyjnego obrazu (wspólne malowanie na płótnie)**. Ponadto odbędą się **warsztaty taneczne oraz zajęcia sportowe** dla dużych i małych. Dla każdego (bez limitu wiekowego) jest przygotowane coś dobrego. Można będzie wziąć udział w **integracyjnych grach i zabawach** oraz **konkursach z atrakcyjnymi nagrodami** zarówno **dla dzieci i młodzieży, jak i dla dorosłych !!!**

Integracyjny Dzień Zdrowia to również:

Występ Orkiestry Reprezentacyjnej Miasta i Gminy Myślenice

Przedstawienie Teatru Alegorycznego z Dobczyc,

Występ Zespołu HANDICAP z Harbutowic,

Pokaz mody ekologicznej w wykonaniu Warsztatów Terapii Zajęciowej z Myślenic,

Występ Cheerleaders „Dance Montana” oraz integracyjny taniec „Zdopinguj zdrowie”

Koncert Zespołu "Band Brothers Quartet”

Występ Zespołu tanecznego RETRO z Sułkowic

Tegoroczną gwiazdą imprezy, będzie **MAJKA JEŻOWSKA** – artystka która wychowała na swoich piosenkach kilka pokoleń Polaków nie tracąc przy tym energii i niezapomnianego uśmiechu.

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY !**

M.Bajer, N.Szklarczyk

Wydział Promocji i Ochrony Zdrowia

Starostwa Powiatowego w Myślenicach