

4 kwietnia 2017



**Po trendy tędy**

Z okazji Światowego Dnia Zdrowia  
Urząd Marszałkowski  
Województwa Świętokrzyskiego  
zaprasza Państwa do udziału w bezpłatnych  
poradach i badaniach profilaktycznych:

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi
- pomiar zawartości tlenu węgla w powietrzu wydychanym
- pomiar wskaźnika BMI oraz poziomu tkanki tłuszczowej
- pomiar stężenia glukozy
- pomiar szczytowego przepływu wydechowego
- porady dotyczące "zdrowia nerek"
- instruktaż samobadania piersi + porady z zakresu prewencji nowotworów
- porady dotyczące zapobieganiu uzależnieniom
- ankieta dotycząca bezdechu sennego

**Czas i miejsce: 7 kwietnia 2017 r. w godz. 15<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>**  
**Galeria "Korona" ul. Warszawska 26, Kielce**

Dodatkowo: pokaz ratowniczy oraz indywidualne porady zdrowotne

 **JATOMI**   
FITNESS Biegacz  
Świętokrzyski

## Akcja profilaktyczna „Po trendy tędy”

W związku z przypadającym 7 kwietnia Światowym Dniem Zdrowia Departament Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego w Kielcach organizuje akcję profilaktyczną pn. „Po trendy tędy”. Wydarzenie ma na celu zwrócenie uwagi mieszkańców naszego województwa na stan ich zdrowia oraz zaszczepienie idei profilaktyki zdrowotnej. W godz. 15.00 - 18.00 będzie można skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych w Galerii Korona, ul. Warszawska 26, Kielce.

Partnerami zadania są: Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy w Kielcach, Wojewódzki Szpital Zespolony Kielce, Świętokrzyskie Centrum Ratownictwa Medycznego i Transportu Sanitarnego Kielce, Świętokrzyskie Centrum Psychiatrii w Morawicy, Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. św. Rafała w Czerwonej Górze, Świętokrzyskie Centrum Onkologii Galeria Korona, Stowarzyszenie „Biegacz Świętokrzyski” oraz JATOMI Fitness.

### **W ramach akcji przeprowadzane będą badania**

- pomiaru ciśnienia tętniczego,
- pomiaru stężenia glukozy we krwi,
- pomiaru wskaźnika BMI i poziomu tkanki tłuszczowej wraz z poradnictwem dietetycznym,
- pomiaru poziomu tlenu węgla w powietrzu wydychanym,
- pomiaru PEF (szczytowy przepływ wydechowy).

Będą udzielane porady edukacyjne w zakresie:

- prowadzenia zdrowego stylu życia oraz profilaktyki chorób odczynowych,
- „zdrowia nerek”,
- bezdechu sennego.

Odbędzie się również pokaz ratowniczy przygotowany przez Świętokrzyskie Centrum Ratownictwa Medycznego i Transportu Sanitarnego w Kielcach a uczestnicy akcji otrzymają materiały edukacyjne.



**Po trendy tędy**

**Z okazji Światowego Dnia Zdrowia  
Urząd Marszałkowski  
Województwa Świętokrzyskiego  
zaprasza Państwa do udziału w bezpłatnych  
poradach i badaniach profilaktycznych:**

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi
- pomiar zawartości tlenu węgla w powietrzu wydychanym
- pomiar wskaźnika BMI oraz poziomu tkanki tłuszczowej
- pomiar stężenia glukozy
- pomiar szczytowego przepływu wydechowego
- porady dotyczące "zdrowia nerek"
- instruktaż samobadania piersi + porady z zakresu prewencji nowotworów
- porady dotyczące zapobieganiu uzależnieniom
- ankietę dotyczącą bezdechu sennego

**Czas i miejsce: 7 kwietnia 2017 r. w godz. 15<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>  
Galeria "Korona" ul. Warszawska 26, Kielce**

Dodatkowo: pokaz ratowniczy oraz indywidualne porady zdrowotne



**Akcja odbędzie się 7 kwietnia w godzinach 15.00-18.00 w Galerii Korona w**

**Kielcach.**