



# XXIII

23-25 maja 2016r.

# RYBNICKIE DNI PROMOCJI ZDROWIA

## 23 maja 2016r. ZUS ul. Reymonta 2, Rybnik

- 9.00-12.00 Konsultacje fizjoterapeutyczne. Diagnostyka wad postawy
- 9.00-14.00 Pomiar: ciśnienia, poziomu cukru we krwi
- 9.00-14.00 Badanie cytologiczne
- 9.00-13.00 Możliwość zwiedzania karetki
- 9.00-13.00 Zabiegi z zakresu masażu klasycznego, pokaz I pomocy przedmedycznej
- 9.00-14.00 Instruktaż higienizacji jamy ustnej, konsultacje z zakresu stomatologii i protetyki
- 9.00-12.00 "KEEP FIT"- gry i zabawy po angielsku o zdrowym trybie życia i prawidłowym odżywianiu
- 9.00-14.00 Pomiar ostrości widzenia
- 9.00-14.00 Konsultacje kosmetyczne. Badanie poziomu nawilżenia skóry
- 9.00-14.00 Pomiar metabolizmu, wieku metabolicznego, mineralizacji kości
- 9.00-14.00 Prezentacja kosmetyków naturalnych, hipoaergicznymi dla dzieci i dorosłych
- 9.00-14.00 Rejestracja potencjalnych dawców szpiku
- 12.30-13.30 Wykłady otwarte: 1. Czujesz się tak, jak mówisz - zdrowa semantyka  
2. Profilaktyka i leczenie chorób nowotworowych
- 12.00-14.00 Konsultacje onkologiczne dr n. med. Jacek Kabut
- 9.00-14.00 Punkt informacyjny w zakresie działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej
- 9.30-14.00 Przesiewowe badanie słuchu, otoskopowanie uszu
- 9.00-14.00 Jak dobrać idealny biustonosz? Warsztaty z brafterka
- 10.00-13.00 Degustacja zdrowej żywności
- 10.00-14.00 Nauka samobadania piersi, badanie palpacyjne piersi
- 9.00-12.00 Warsztaty plastyczne dla dzieci
- 9.00-14.00 Informacja na temat prewencji rentowej, wyjazd z ZUS do sanatorium
- 9.00-14.00 Informacja dotycząca działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej, działalność oświatowo-zdrowotna

## 24 maja 2016r. Przychodnia NZOZ PULS-MED ul. Grunwaldzka 66, Rybnik

- 9.00-15.00 Konsultacje kosmetyczne. Badanie poziomu nawilżenia skóry
- 9.00-15.00 Pomiar metabolizmu, wieku metabolicznego, mineralizacji kości
- 9.00-15.00 Prezentacja kosmetyków naturalnych, hipoaergicznymi dla dzieci i dorosłych
- 9.00-15.00 Rejestracja potencjalnych dawców szpiku
- 9.00-14.00 Badanie cytologiczne
- 9.00-14.00 Jak dobrać idealny biustonosz? Warsztaty z brafterka
- 9.00-15.00 Punkt informacyjny w zakresie działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej
- 9.30-14.00 Przesiewowe badanie słuchu, otoskopowanie uszu
- 10.00-14.00 Nauka samobadania piersi, badanie palpacyjne piersi
- 12.00-14.00 EKG wraz z interpretacją lek. med. Joanna Brückner
- 13.30-15.00 Porady z dziedziny psychiatrii lek. med. Marcin Urbański
- 14.00-15.00 Konsultacje onkologiczne dr n. med. Jacek Kabut

## 25 maja 2016r. Przychodnia NZOZ PULS-MED ul. Grunwaldzka 66, Rybnik

- 7.30-10.00 Badania krwi: bezpłatna morfologia oraz płatne panele badań w cenie 8 zł każdy: ogólny, wątrobowy, tarczycowy, nerkowy
- 10.00-16.30 Konsultacje fizjoterapeutyczne + jeden zabieg do wyboru: elektroterapia, ultradźwięki, laseroterapia, ćwiczenia usprawniające
- 10.00-16.30 Pomiar ciśnienia, poziomu cukru we krwi, poziomu kwasu moczowego
- 10.00-16.30 Punkt informacyjny w zakresie działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej
- 10.00-16.30 Badanie skóry głowy trichoskopem, porady związane ze skórą głowy
- 10.00-15.00 Przesiewowe badanie słuchu, otoskopowanie uszu
- 11.00-13.30 Porady stomatologiczne dla dorosłych
- 10.00-16.30 Pomiar metabolizmu, wieku metabolicznego, mineralizacji kości
- 10.00-16.30 Prezentacja kosmetyków naturalnych, hipoaergicznymi dla dzieci i dorosłych
- 10.00-16.30 Rejestracja potencjalnych dawców szpiku
- 10.00-16.30 Badanie osteoporozy - cena 25zł
- 10.00-16.30 Konsultacje kosmetyczne. Badanie poziomu nawilżenia skóry.
- 10.00-14.00 Jak dobrać idealny biustonosz? Warsztaty z brafterka
- 10.00-16.30 Wystawa EXPO ZDROWIE
- 12.00-14.00 Porady dietetyczne. Analiza składu ciała
- 15.00-17.00 Porady dietetyczne. Analiza składu ciała
- 14.00-16.00 Konsultacje ortopedyczne lek.med Rafał Kochanowski
- 15.00-17.00 Badanie USG lek. med. Marcin Błażejowski
- 15.00-17.00 EKG wraz z interpretacją lek. med. Elżbieta Wypiór-Stenzel

DZIAŁANIE WSPÓLFINANSOWANE PRZEZ MIASTO RYBNIK I RTO

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo zmian w programie.

Partnerzy:

