

„Zabierz swoje serce na spacer” tym razem podczas Świąt Województwa Opolskiego w Mosznej! To doskonała okazja do zadbania o swoje serce!

2 czerwca 2024 r. od 13.00 do 18.00 zapraszamy na event „Zabierz swoje serce na spacer”, który odbędzie się podczas Świąt Województwa Opolskiego organizowanego przez Marszałka Województwa Opolskiego.

Głównym punktem programu będzie marsz, który rozpocznie się od rozgrzewki o 13.30 i o 14.00 przejdzie wyznaczoną trasą Parku Zamkowego.

Od 13.00 do 18.00 będą funkcjonować STRAFA ZDROWIA oraz STRAFA SPORTU.

W STREFIE ZDROWIA:

BADANIA:

- Słuchu – Audicabus
- Zaćmy – Zaćmobus Scanmed
- Gęstości kości – Osteobus Scanmed
- Profilaktyka stomatologiczna dla dzieci – Dentobus
- Badanie znamion – Opolskie Centrum Onkologii
- ABI – oceniające stan tętnic obwodowych oraz przepływów tętniczo – żylnych, konsultacje chirurgiczne – Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu
- EKG – Activ Med. Centrum Rehabilitacji i Medycyny Sportowej
- Ciśnienia – Polskie Towarzystwo Kardiologiczne, Activ Med. Centrum Rehabilitacji i Medycyny Sportowej, Fundacja „Z Sercem do Pacjenta”
- Cukru – Fundacja „Z Sercem do Pacjenta”
- Wad postawy – Politechnika Opolska
- Składu masy ciała – Scanmed
- Składu ciała z wykorzystaniem sztucznej inteligencji – Activ Med. Centrum Rehabilitacji i Medycyny Sportowej

KONSULTACJE:

- Okulistyczne – badanie dna oka w kierunku chorób siatkówki i nerwu wzrokowego – SP ZOZ w Kędzierzynie – Koźlu
- Pediatryczne – akcja edukacyjna „Ochrona przez szczepienie – dlaczego warto?” – SP

ZOZ w Kędzierzynie – Koźlu

- Dietetyczne – SP ZOZ w Kędzierzynie – Koźlu, Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Opolu, Politechnika Opolska
- Kardiologiczne – Polskie Towarzystwo Kardiologiczne
- Alergologiczne i badanie spirometrii – Specjalistyczna Praktyka Lekarska lek. med. Zbigniew Kurzyca
- Fizjoterapeutyczne – dotyczące aktywności fizycznej przy schorzeniach narządu ruchu oraz otyłości – Activ Med. Centrum Rehabilitacji i Medycyny Sportowej

DODATKOWO:

- Nauka samobadania piersi – Opolski Klub „Amazonka”
- Szkoła Rodzenia „Odrzańskie Maluchy” – wszystko co musisz wiedzieć, aby poczuć się pewnie i bezpiecznie na nowej drodze zwanej rodzicielstwo – SP ZOZ w Kędzierzynie – Koźlu
- Nauka pierwszej pomocy – Opolskie Centrum Ratownictwa Medycznego

Do zadbania o swoje zdrowie i zwiększenia aktywności fizycznej zachęcać będą siłownie i kluby sportowe.

ZABIERZ SWOJE SERCE NA SPACER



ŚWIĘTO WOJEWÓDZTWA OPOLSKIEGO
2 VI 2024

13:00-18:00

**MOSZNA - ZAMEK
UL. ZAMKOWA 1**

SPACER | START 14:00

STREFA ZDROWIA

BADANIA

- SŁUCHU
- ZAĆMY
- KOŚCI
- SPIROMETRII
- EKG
- CIŚNIENIA
- CUKRU
- ZNAMION
- CHOLESTEROLU

KONSULTACJE

- DIETETYCZNE
- KARDIOLOGICZNE
- PEDIATRYCZNE
- WAD POSTAWY
- ALERGOLOGICZNE
- OKULISTYCZNE
- REHABILITACYJNE
- STOMATOLOGICZNE
DLA DZIECI

I WIELE INNYCH

STREFA SPORTU

13:30-14:00

ROZGRZEWKĄ

15:00-16:00 / 16:50-17:20

JOGA

16:15-16:45 / 17:30-18:00

ZDROWY KRĘGOSŁUP

15:00-16:00

FULL BODY WORKOUT

15:00-17:00

ZAJĘCIA DLA DZIECI

16:30-17:30

BODY PUMP

PATRONI MEDIALNI



STREFA SPORTU:

- joga dla serca - Szkoła Jogi Ekam
- trening dla dzieci - Akademia Przedszkolaka Tygrysek
- zajęcia Zdrowy Kręgosłup - Politechnika Opolska
- full body workout - Synergia Fitness
- body pump - Synergia Fitness
- zumba dla dzieci - Synergia Fitness
- zumba dla dorosłych