



DZIEŃ ZDROWIA - HARMONOGRAM

Miejsce: ul. Poczтовая 31- 33 w Szczecinie, siedziba Koła Pomocy Dzieciom z ADHD Towarzystwa Przyjaciół Dzieci ZOR

Termin: 23 listopad 2013 r

Czas: od 11.00 do 16.00

Godz. 11.00 – 12.00: spotkanie wspólne dla wszystkich przybyłych

DOM DOBREJ DIETY – www.domdobrejdiety.pl

DIETETYCY

Zuzanna REMISZEWSKA

Tomasz JANICKI

Żywnienie jak i upodobania smakowe to kwestia indywidualna ale i mocno wpływającej na zdrowie. W młodym wieku bardzo ważne jest nauczenie się prawidłowych nawyków, by stało się to naszą inwestycją w zdrowie na długie lata. Co jeść? Jak powinno wyglądać zdrowe śniadanie? Woda czy soki? Czy istnieją zdrowe słodczyce? Przyjdź i zainwestuj w swoje zdrowie!

Godz. 12.00 – 16.00: jednocześnie, w poszczególnych salach będą odbywać się badania i konsultacje z poniższej oferty

SZKOŁA CUKRZYCY – www.szpitalzdunowo.pl

DIABETOLODZY

Katarzyna MANDES

Aleksandra MAKAS

Szkoła cukrzycy" realizuje program profilaktyczny Urzędu Marszałkowskiego Województwa Zachodniopomorskiego. Zajmuje się edukowaniem pacjentów chorych na cukrzycę, a także przeprowadzaniem akcji profilaktycznych wśród mieszkańców naszego województwa, w celu wczesnego wykrywania cukrzycy. >Cukrzyca nazywana jest chorobą cywilizacyjną XXI wieku, choruje na nią coraz więcej osób. Jest to choroba nieuleczalna, postępująca i prowadząca do szeregu powikłań, dlatego tak istotne jest jak najszybsze jej wykrywanie. Edukacja osoby chorej na cukrzycę jest niezbędna, ponieważ pacjent na co dzień powinien umieć poradzić sobie ze swoją chorobą, powinien przestrzegać zasad zdrowego odżywiania czy wykonywać pomiary glikemii glukometrem. >Podczas Dnia Zdrowia można będzie zmierzyć sobie poziom cukru, ciśnienia tętniczego krwi, osoby chore na cukrzycę będą mogły otrzymać glukometr i informacje na temat choroby.

GABINET ZDROWE NOGI ELŻBIETA GIERAT - www.gierat.com.pl

PODOŁODZY

Ida JANKOWSKA

Kacper RUDOLF

Specjaliści podolodzy udzielą porad w zakresie pielęgnacji stóp. Wrastający paznokieć, odciski, modzele, brodawki wirusowe (tzw. "kurzajki"), pękające pięty, stopa cukrzycowa i wszystko inne co przysparza ból i dyskomfort stopom, to wyzwanie dla nich. Wieloletnie doświadczenie, wysoka jakość usług oraz indywidualne podejście do Klienta pomogą im rozwiązać każdy problem stóp. Podczas sobotnich konsultacji każdy będzie mógł uzyskać fachową poradę.

KOREMED - www.fizykoterapia-szczecin.pl
KOMPLEKSOWA REHABILITACJA MEDYCZNA

FIZJOTERAPEUCI

Beata OLESIAK

Honorata FLAK

Specjalistki fizjoterapeutki udzielą porad w zakresie dbania o prawidłową sylwetkę, poprawy stanu zdrowia i ogólnej kondycji. Zaprezentują sposoby rozładowania napięcia z użyciem technik masażu i odpowiednich ćwiczeń. Podczas dnia zdrowia podzieli się swoją wiedzą, udzielą fachowych porad zarówno dorosłym, jak i dzieciom.

DZIEŃ ZDROWIA w siedzibie Koła Pomocy Dzieciom z ADHD TPD ZOR i Specjalistycznej Placówki Wsparcia Dziennego Dla Dzieci i Młodzieży z ADHD TPD ZOR to nie tylko sposobność zdobycia gruntownej wiedzy i praktyki w zakresie szeroko pojętego zdrowia naszych dzieci i nas samych, ale również możliwość wsparcia działań Placówki, w zakresie doposażenia sal terapeutyczno – szkoleniowych, w których realizowane są specjalistyczne zajęcia dla dzieci i młodzieży z ADHD.

Przysłowiową „cegiełkę” będzie kosztować każde badanie wykonane podczas DNIA ZDROWIA!

SERDECZNIE ZAPRASZAMY ☺!