

# Powiatowy Dzień Zdrowia i Urody, 15 czerwca 2019 r., Poddębice



Powiatowy Dzień Dla Zdrowia i Urody, który odbędzie się 15.06.19 w godz.10-18:00, na terenie boiska Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych w Poddębicach ul. Polna 13/15 to wydarzenie, które skupia się w 100% na komforcie życia mieszkańców Powiatu Poddębickiego. W tym dniu mieszkańcy będą mieli okazję wykonać bezpłatne badania w: osteobusie i mammobusie; skorzystać z porad ekspertów Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej, Sanepidu, a także: dietetyka i kosmetyczki.

W programie uwzględnione są również aktywności fizyczne, takie jak: ćwiczenia (zumba, joga, Tabata ), pokazy karate tradycyjnego i wiele innych atrakcji również dla dzieci.

*W profilaktyce osteoporozy i raka piersi najważniejsza jest wczesna diagnostyka i podejmowanie działań mających na celu zminimalizowanie ryzyka zachorowania i jego następstw.*

*Bardzo ważne jest także prawidłowe odżywianie się, utrzymywanie odpowiedniej masy ciała, regularna, prawidłowo dobrana i wykonywana aktywność fizyczna. Starostwo Powiatowe w Poddębicach dokłada wszelkich starań, aby mieszkańcy Powiatu Poddębickiego efektywnie pamiętali o przedstawionych w trakcie wydarzenia rekomendacjach i stosowali się do zaleceń lekarzy.*

Wydarzenie jest skierowane przede wszystkim do kobiet, mieszkających na terenie Powiatu Poddębickiego w tym:

- Z bezpłatnego badania w ramach finansowanego przez NFZ populacyjnego programu wczesnego wykrywania raka piersi mogą skorzystać kobiety w wieku 50-69 lat, \* liczba miejsc ograniczona  
Z Mammobusu można będzie także skorzystać komercyjnie.

- Z bezpłatnego badania osteoporozy mogą skorzystać wszyscy (Panie i Panowie) po 20 roku życia \* liczba miejsc ograniczona  
- Poddębickie Centrum Zdrowia będzie wykonywało bezpłatne badania Ciśnienia, EKG, poziomu cukru

Dla osób, które zdecydują się na badanie w Mammobusie lub Osteobusie przygotowaliśmy upominki – kosmetyki firmy DERMEDIC – BIOGENED

- pozostałe atrakcje skierowane są do całych rodzin, seniorów, ze szczególnym uwzględnieniem potrzeb kobiet w zakresie zdrowia i urody.

Swoje stoiska zaprezentują m.in.:

- Starostwo Powiatowe
- Klub Morsów Komando Foki
- Klub biegaczy Zdyszani

- Powiatowa Biblioteka w Poddębicach
- Sanepid
- Powiatowy Weterynarz
- Fundacja Amazonki Łódź Centrum
- Wyższa Szkoła Biznesu i Nauk o Zdrowiu MEDYK w Łodzi
- Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Poddębicach

- Program Czyste Powietrze WFOŚiGW
- Karta Seniora Województwa Łódzkiego