



XVIII Dni Promocji Zdrowia

Miejski
Ośrodek Kultury
w Pszowie
ul. Traugutta 1

5-6 października 2017 r. od 9.00 do 16.00

badania • konsultacje • porady • wykłady • pokazy • prezentacje

BADANIA BEZPŁATNE

- Badanie przesiewowe tętnic kończyn dolnych
- Badanie poziomu dwutlenku węgla w płucach
- Palpacyjne badanie piersi
- Krioterapia
- EKG
- morfologia krwi + OB zamiennie morfologia krwi + glukoza
- Badanie słuchu (dzieci)
- Badanie tkanki tłuszczowej oraz pomiar toksyczności organizmu
- Badanie organizmu pod względem zanieczyszczeń oraz wewnętrznej tkanki tłuszczowej, a także określenie BMI
- Badanie poziomu cukru we krwi oraz ciśnienia tętniczego
- Szybkie testy na wykrycie wirusa HIV (piątek od 9.00 do 11.00)
- Badanie wzroku
- Dermokonsultacje badanie cery

BADANIA I ZABIEGI PŁATNE

USG Doppler tętnic szyjnych i kręgowych.....	50,00 zł
USG Doppler żył kończyn dolnych.....	50,00 zł
Terapia manualna	40,00 zł
Masaż leczniczy	40,00 zł
Masaż bańką chińską na cellulit	30,00 zł
Świecowanie dołoni	30,00 zł
Masaże Ajurwedyjskie (30min)	40,00 zł
Mikroskopowa analiza elementów morfotycznych żywej kropli krwi	30,00 zł
Parafinowanie dłoni	10,00 zł
Witamina D.....	35,00 zł
Lipidogram (CHOL, TRIG, HDL, LDL)	10,00 zł
Profil nerkowy (mocznik, kreatynina, elektrolity Na, K, mocz bad. ogólne).....	20,00zł
Profil reumatyczny (CRP i RF- ilościowe, kwas moczowy).....	18,00 zł
Borelioza w klasie IGG, IGM	18,00 zł
Borelioza w klasie IGG, IGM metodą WB	75,00 zł
Profil tarczycowy (TSH, FT4).....	15,00 zł
Profil wątrobowy (ASAT, ALAT, GGTP, HBSAg)	20,00 zł

MARKERY NOWOTWOROWE:

Kobiety – CEA, Ca125, Ca15-3.....	50,00 zł
Mężczyźni – CEA, Ca 19-9, PSA.....	50,00 zł

+ PEŁNA OFERTA BADAŃ Z CENNIKA

SZCZEPIENIA:

Przeciw grypie.....	35,00 zł
---------------------	----------

KONSULTACJE BEZPŁATNE:

- Konsultacja dietetyka
- Porady żywieniowe
- Analiza składu ciała (tkanki mięśniowej i wody, zawartość tkanki tłuszczowej)

HONOROWE ODDAWANIE KRWI

ambulans 9.00 – 14.00 (piątek)

UWAGA! Badania z krwi robimy na czczo!!!

Czwartek 05.10.2017 r.

Szkoła Podstawowa nr 2 w Pszowie

8.45 **mgr Katarzyna Leśniewska, mgr Katarzyna Brzezinka:** zajęcia warsztatowe „Klasa z zasadami”

9.00 **mgr Izabela Kohut:** badanie słuchu fonemowego, badanie audiometryczne

MOK – sala 21

od godz. 9.15 Prelekcje na temat produkcji miodu

Piątek 06.10.2017 r.

MOK – sala 21

od godz. 9.30 Prelekcje na temat produkcji miodu

MOK sala nr 15

11.00 **mgr inż. Jolanta Depta:** „Szczepienia profilaktyczne”, „Prawidłowy rozwój noworodków”

Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych w Pszowie

11.15 **Dobry Dietetyk** – „Fakty i mity żywieniowe. Jak bezpiecznie podejść do redukcji masy ciała”

12.15 **Dobry Dietetyk** – „Dieta w leczeniu trądziku młodzieńczego”

13.00 **mgr Beata Goluch** – psycholog: „Psycholog o substancjach psychoaktywnych, zachowania ryzykowne – spotkania z rzeczywistością”

Szkoła Podstawowa nr 1 w Pszowie

8.45 **mgr Katarzyna Leśniewska, mgr Katarzyna Brzezinka:** zajęcia warsztatowe „Klasa z zasadami”

Szkoła Podstawowa nr 3 w Pszowie

8.45 **mgr Judyta Szełtak, mgr Barbara Mencil:** „Powstrzymaj złość” zajęcia warsztatowe

Szkoła Podstawowa nr 4 w Pszowie

8.00-12.30 **GPP MED-SZKOL:** nauka udzielania pierwszej pomocy – ćwiczenia na fantomie

8.55 **Dobry Dietetyk:** „Fakty i mity żywieniowe. Jak bezpiecznie podejść do redukcji masy ciała”

9.50 **Dobry Dietetyk:** „Dieta w leczeniu trądziku młodzieńczego”

10.45 **mgr Barbara Michalak** – Sanepid: „Borelioza, zatrucia pokarmowe”

11.45 **mgr Beata Goluch** – psycholog: „Psycholog o substancjach psychoaktywnych, zachowania ryzykowne – spotkania z rzeczywistością”

Publiczne Przedszkole nr 2 w Pszowie

9.00 **mgr Anna Weiss** – zajęcia z psem

WSPÓŁORGANIZATORZY:

NZO VITAMED, VARIMED – dr n. med. Wojciech Mikusek, Klub HDK PCK przy KWK ANNA, FARM SERVICE S.C. Wydawca magazynu „Apteka Blisko Ciebie”, Sanepid w Wodzisławiu Śl., Wodzisławskie Stowarzyszenie Amazonek, Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Raciborzu, Grupa Praktyka Pielęgniarska Med-Szkol, Dr n. med. Teresa Fryda Laboratorium Medyczne sp. z o.o. Katowice ul. Mikołowska 53a, Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych w Pszowie, Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna w Wodzisławiu Śl., NZOZ Ośrodek Terapii Uzależnienia w Chorzowie, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wodzisławiu Śl., Ośrodek św. Hiacynta i Franciszek – Caritas Katowice, SILUETA Centrum Fitness i Rehabilitacja – Radlin, EKO Koziołek Rydułtowy, AYURVEDA – studio masażu i terapii naturalnych – Karina Powieśnik – RYBNIK, Studio Figura Iwona Barteczko – Rydułtowy, NZOZ PROFEMINAE, Centrum Wellness – Rybnik, Poradnia Dobry Dietetyk Wodzisław Śl., Koło Pszczelarzy – Pszów, dr n. med. Zbigniew Górka, lek. med. Katarzyna Supino, Katarzyna Leśniewska, Katarzyna Brzezinka, Izabela Kohut, Zofia Oślizło, Hanna Szadkowska, Helena Orłowska, Grażyna Łukoszek, Zofia Mokry, Jolanta Depta, APOLLO OPTYK, MOK w Pszowie, Zakład Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej w Pszowie, Centrum Onkologii im. Marii Skłodowskiej Curie oddział w Gliwicach

MAMMOBUS

Centrum Onkologii
im. Marii Skłodowskiej Curie
oddział w Gliwicach

LODOWISKO W PSZOWIE

2 października 2017 r.
godz. 10.00-17.00

BEZPŁATNA MAMMOGRAFIA
(kobiety w wieku 50-69 lat)

3 października 2017 r.
godz. 8.30-15.30

CZWARTEK 5.10.2017 r.**9.00 – 13.00****PORADNIA DOBRY DIETETYK**
w Wodzisławiu Śl.

Konsultacje żywieniowe, analiza składu ciała (tkanki mięśniowej i wody) zawartość tkanki tłuszczowej

9.00 – 14.00**SANEPID**pogadanki na temat szczepień ochronnych
dopalacze, narkogogle, alkoholizm
smokolizer – badanie poziomu tlenu w płucach**9.00- 16.00****Wodzisławskie Stowarzyszenie Amazonek – porady**

nauka badania piersi na fantomie

AYURVEDA – STUDIO MASAŻU I TERAPII NATURALNYCHKarina Powieśnik, Rybnik
Masaże ajurwedyjskie i orientalne
terapię przeciwbólową kręgosłupa,
badanie żywej kropli krwi**PROFEMINAE**Palpacyjne badanie piersi
Porady laktacyjne**SILUETA Centrum Fitnes i Rehabilitacja – Radlin mgr Hanna Szadkowska**Terapia manualna, świecowanie uszu,
masaż leczniczy, masaż bańką chińską,
suplementy diety, Lavylites**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**
środowiskowy interfejs pomocowy
informacje na temat działania
punktów dziennego pobytu dla osób
w wieku 65+, osób niepełnosprawnych,
osób przewlekle chorych**NZOZ VITAMED**Gabinet rehabilitacyjno-relaksacyjny
krioterapia, parafinowanie dłoni**NZOZ VITAMED**
EKG**Centrum Wellness – Rybnik TANITA**określenie poziomu tłuszczu wewnątrz-
nego, pomiar układu kostnego
i nawodnienia organizmu oraz
określenie wieku metabolicznego**EKO Koziółek**sklep ze zdrową żywnością –
porady i ziołolecznictwo**Apollo Optyk** – badania wzroku
możliwość zakupu okularów, soczewek
kontaktowych i płynów
soczewki 24.pl**ALVEO, AKUNA, NSP**zdrowie w twoich rękach –
porady, konsultacje – Zofia Mokry**STOISKO WTZ – Ośrodek Św. Hiacynta i Franciszek – Caritas Katowice**Farm Service wydawca magazynu
„Apteka Blisko Ciebie”
pomiar wzrostu, wagi, tkanki
tłuszczowej i ciśnienia tętniczego**Ziaja**

dermokonsultacje, badanie cery

Helena OrłowskaBadanie poziomu cukru we krwi oraz
ciśnienia tętniczego**Grażyna Łukoszek**Zapobiegaj nowotworom piersi –
dbaj o siebie**dr n. med. Teresa Fryda**

Laboratorium Medyczne sp. z o.o.

POLSKI CZERWONY KRZYŻKlub HDK PCK przy KWK Anna
w Pszowie – punkt informacyjny„Kolagen Naturalny Souvre”
Łukasz Podrygajło, Jakub Byrski**10.00 – 12.00****lek. med. rodzinnej Katarzyna Supino**
Konsultacje**PIĄTEK 9.00 – 16.00****8.30 – 12.30****dr n. med. Wojciech Mikusek**
Badanie naczyniowe tętnicze
kończyn dolnych**9.00 – 11.00**Bezpłatne szybkie testy na wykrycie
wirusa HIV wraz z poradnictwem
doradcy HIV i AIDS**9.00 – 13.00****dr. n. med. Zbigniew Górka**
metody naturalne, akupunktura,
porady ortopedyczne**Wodzisławskie Stowarzyszenie Amazonek – porady**
nauka badania piersi na fantomie**9.00 – 14.00****AMBULANS RCKiK**

honorowe oddawanie krwi

SANEPIDpogadanki na temat szczepień
ochronnych
dopalacze, narkogogle, alkoholizm
smokolizer – badanie poziomu
tlenu w płucach**9.00 – 16.00****STUDIO FIGURA RYDUŁTOWY**
ROLL SHAPERurządzenie do wykonywania masażu
– usuwanie cellulitu, usuwanie toksyn,
ujędrnienie skóry**STUDIO FIGURA RYDUŁTOWY**
LIMFODRENAŻurządzenie do wykonywania masażu –
usuwanie zalegającej wody w kończy-
nach, pobudzanie krążenia, usuwanie
cellulitu, oczyszczanie z toksyn**STUDIO FIGURA RYDUŁTOWY**
ELEKTROSTYMULACJA**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**
środowiskowy interfejs pomocowy
informacje na temat działania
punktów dziennego pobytu dla osób
w wieku 65+, osób niepełnosprawnych,
osób przewlekle chorych**NZOZ VITAMED**gabinet rehabilitacyjno-relaksacyjny
krioterapia, parafinowanie dłoni**NZOZ VITAMED**
EKG**Centrum Wellness – Rybnik TANITA**określenie poziomu tłuszczu wewnątrz-
nego, pomiar układu kostnego
i nawodnienia organizmu oraz
określenie wieku metabolicznego**EKO Koziółek** – sklep ze zdrową
żywnością – porady i ziołolecznictwo**Apollo Optyk** – badania wzroku
możliwość zakupu okularów, soczewek
kontaktowych i płynów
soczewki 24.pl**ALVEO, AKUNA, NSP**zdrowie w twoich rękach –
porady, konsultacje – Zofia Mokry**STOISKO WTZ – Ośrodek Św. Hiacynta i Franciszek – Caritas Katowice**Farm Service wydawca magazynu
„Apteka Blisko Ciebie”
pomiar wzrostu, wagi, tkanki
tłuszczowej i ciśnienia tętniczego**Ziaja**

dermokonsultacje, badanie cery

Helena OrłowskaBadanie poziomu cukru we krwi oraz
ciśnienia tętniczego**Grażyna Łukoszek**Zapobiegaj nowotworom piersi –
dbaj o siebie**dr n. med. Teresa Fryda**

Laboratorium Medyczne sp. z o.o.

POLSKI CZERWONY KRZYŻKlub HDK PCK przy KWK Anna
w Pszowie – punkt informacyjny„Kolagen Naturalny Souvre”
Łukasz Podrygajło, Jakub Byrski**10.00 – 12.00****lek. med. rodzinnej Katarzyna Supino**
Konsultacje**13.00 – 15.00 – MOK sala 21****mgr Justyna Wojacek**

badanie słuchu platformą SAT (dzieci)

IMPREZA TOWARZYSZĄCA**7.10.2017 r. (sobota) godz. 8.30****BOISKO ORLIK**III Turniej Szóstek Piłkarskich
„STOP NAŁOGOM”
o Puchar Burmistrza Miasta Pszów.**UWAGA! Badania z krwi robimy na czczo!!!**