



XXV

Rybnickie Dni Promocji Zdrowia 21-23 maja 2018 r.

POD PATRONATEM HONOROWYM PREZYDENTA MIASTA RYBNIKA

21 maja 2018 r. NZOZ NOWINY ul. Orzepowicka 8D, Rybnik

GODZINY	WYDARZENIE	PODMIOT
7:30-10:30	Badania krwi: bezpłatna morfologia oraz lipidogram	DIAGNOSTYKA + NZOZ NOWINY
8:00-14:00	Pomiar ciśnienia, cukru kwasu moczowego, porady profilaktyczne	NZOZ NOWINY
8:30-12:00	Badania przesiewowe dzieci w zakresie wad postawy (Zespół Szkolno-Przedszkolny nr11) Zdrowe żywienie to mądre myślenie. Wykład oraz kreatywne zajęcia dla dzieci na temat zdrowego odżywiania.	MOSIR / CRIR BUSHIDO NZOZ NOWINY Mgr MAGDALENA PRZYBYŁA
8.30-12.00		
9:00-13:00	Porady Dietetyczne, pomiar składu ciała	NATUR HOUSE
10:00-13:00	Palpacyjne badania piersi, porady profilaktyczne	NZOZ PROFEMINAE
10:00-13:00	EKG interpretacja, porady profilaktyczne	NZOZ NOWINY Lek. med. DANUTA WERYŃSKA internista, spec. med. rodzinnej Lek. med. KATARZYNA ORSZULIK internista
14:00-18:00		
10.00-14.00	Kalogen i jego rola w organizmie, Suplementacja i jej rola w żywieniu współczesnego człowieka	BARBARA POMPA Mobilna Kosmetyczka Kalogen z Pompą
10:00-13:00	Bezpłatne badanie słuchu	OTO-SŁUCH
12:00-15:00	Badanie znamion skórnych (dermatoskop)	Dr nauk medycznych MARIA WERYŃSKA-KALEMBA
13:00-15:00	Masaż kręgosłupa	Mgr WOJCIECH MOKRZYCKI
15:00-18:00	Badanie USG tarczycy	Lek. med. MICHAŁ KALEMBA specjalista medycyny nuklearnej
10:00-15:00	Pogadanki i wykłady z zakresu zdrowego stylu życia	NZOZ NOWINY

21 maja 2018 r. ZUS ul. Reymonta 2, Rybnik

GODZINY	INDYWIDUALNE KONSULTACJE – hol budynku ZUS	PODMIOT
9:00-13:00	Konsultacje fizjoterapeutyczne	NZOZ PULS-MED
9:00-13:00	Pomiar ciśnienia i cukru we krwi	NZOZ PULS-MED
9:00-13:00	Badanie cytologiczne	CENTRUM MEDYCZNE FEMINA
9:00-13:00	Informacja z zakresu prewencji rentowej, wyjazdu z ZUS do sanatorium	Oddział ZUS w Rybniku
9:00-13:00	Punkt informacyjny - edukacyjny w zakresie promocji zdrowia i działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej	PSSE RYBNIK
9:00-13:00	Degustacja – catering dietetyczny	FIT KĘS catering dietetyczny
9:00-11:00	Dietetyk - konsultacje	CROSSFIT BLACK GROUND/FITOLKA
9:00-13:00	Zdrowa żywność, produkty ziołowe	EKOKOZIOLEK RYBNIK
9:00-13:00	Badanie wzroku	VISION EXPRESS
9:00-13:00	Indywidualny instruktaż Nordic Walking	SPACERMISTRZ-PAWEŁ MITURA-ZIELONKA RYBNICKI KLUB NORDIC WALKING
9:00-13:00	Zadania finansowane przez WFOŚiGW w Katowicach, program STOP SMOG, dofinansowanie termomodernizacji budynków, alternatywne źródła energii, itp.	WOIEWÓDZI FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA I GOSPODARSTWA WODNEJ W KATOWICACH
9:00-13:00	Ogólne informacje dla pacjentów.	NFZ DELEGATURA W RYBNIKU
9:00-13:00	Kranówka nie gryzie - poidelko	PRZEDSIĘBIORSTWO WODOCIĄGÓW I KANALIZACJI Sp. z o.o.
	WYDARZENIE - PRELEKcje – sala 301 III piętro	
9:00-9:30	Smog a zdrowie	CENTRUM ROZWOJU INICJATYW SPOŁECZNYCH CRIS
9:30-10:30	Bezpieczny wypoczynek w lesie Dla uczestników prelekcji – BEZPŁATNE SĄDZONKI Warsztaty Nordic Walking	PGL LP NADLEŚNICTWO RUDY RACIBORSKIE
10:30-11:00		
11:00-11:30	Zdrowe odżywianie. Zasady i praktyczne wskazówki Dla uczestników prelekcji - bony upominkowe	SPACERMISTRZ-PAWEŁ MITURA-ZIELONKA RYBNICKI KLUB NORDIC WALKING
11:00-11:30		
11:30-11:50	Zdrowy uśmiech	CROSSFIT BLACK GROUND/FITOLKA
11:50-12:10	Pacjent z e-ZŁA	STOMA-DENTAL Oddział ZUS w Rybniku

22 maja 2018 r. NZOZ Puls-Med ul. Grunwaldzka 66, Rybnik

GODZINY	WYDARZENIE	PODMIOT
7.30-11.00	Badania krwi : bezpłatna morfologia oraz panele badań w cenie promocyjnej 8 zł każdy (ogólny, wątrobowy, tarczycowy, nerkowy)	DIAGNOSTYKA + NZOZ PULS-MED
9:00-12:00	Pomiar ciśnienia i cukru we krwi	NZOZ PULS-MED
9:00-11:00	Zwiedzanie karetki	FIREMED
9:00-13:00	Konsultacje kardiologiczne	LEK. MED. ANDRZEJ MURAS
9:00-12:00	Zabiegi z zakresu masażu klasycznego, pokaz I pomocy przedmedycznej	CKZIU Rybnik
9:00-12:00		
9:00-13:00	Pokazy judo	KS POLONIA RYBNIK
9:00-13:00	Badanie USG	LEK. MED. MAGDALENA ZYDEK
9:00-15:00	Konsultacje dietetyczne. Pomiar masy i składu ciała	DIETETYK KLINICZNY EDYTA KRUPA
9:30-13:00	Badanie cytologiczne	CENTRUM MEDYCZNE FEMINA
9:00-14:00	Pomiar ostrości widzenia	VISION EXPRESS
9:00-17:00	Konsultacje fizjoterapeutyczne + jeden zabieg do wyboru (elektroterapia, ultradźwięki, laseroterapia, ćwiczenia usprawniające)	NZOZ PULS-MED
9:00-17:00	Punkt informacyjno-edukacyjny w zakresie promocji zdrowia i działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej	PSSE RYBNIK
12.30-15.30	Badanie EKG wraz z interpretacją	LEK MED. JOANNA BRÜCKNER
14.30-16.30	Konsultacje ortopedyczne	LEK MED. RAFAŁ KOCHANOWSKI

23 maja 2018 r. Industrialne Centrum Kultury, ul. Mościckiego 15, Rybnik

GODZINY	WYDARZENIE	PODMIOT
16.00-18.00	Pomiar ciśnienia i cukru we krwi	HELENA DOBRUCKA
09.00-12.00	Badania przesiewowe dzieci w zakresie wad postawy – ZSP 2	MOSIR / CRIR BUSHIDO
09.00-12.00	Instruktaż higienizacji jamy ustnej, konsultacje z zakresu stomatologii i protetyki dla szkoły i przedszkola	STOMA-DENTAL
09.30-18.00	Pokaz sprzętu policyjnego (wydział prewencji i ruchu drogowego)	KMP Rybnik
09.00-12.00	WARSZTATY dla dzieci „Samodzielnie zrób prezent dla mamy” ZSP nr 2	ICK
09.30-13.00	Badania cytologiczne	CENTRUM MEDYCZNE FEMINA
09.00-12.00	Pokaz I pomocy przedmedycznej	CKZIU RYBNIK
09.00-12.00	Pokazy judo	KS POLONIA RYBNIK
09.00-18.00	Punkt informacyjno-edukacyjny w zakresie promocji zdrowia i działalności Państwowej Inspekcji Sanitarnej	PSSE RYBNIK
15.00-18.00	Stoisko z rękodziełem	WTZ NR 2 LATARNIA
15.00-17.00	Punkt informacyjno-konsultacyjny ZUS	ZUS
15.00-18.00	Punkt informacyjno-konsultacyjny w zakresie fizjoterapii	MOSIR / CRIR BUSHIDO
15.00-18.00	Badania wad postawy	WELLNESS
15.00-18.00	Pomiar metabolizmu, wieku metabolicznego, mineralizacji kości, % masy mięśni	VISION EXPRESS
15.00-18.00	Pomiar ostrości widzenia	ADAM OPOKA
15.00-18.00	Stoisko zielarskie	MALGORZATA DOBISZ
15.00-18.00	Porady dietetyka z zakresu medycyny chińskiej, stoisko ze zdrową żywnością	
15.00-18.00	Porady i konsultacje fizjoterapeutyczne oraz w zakresie działalności CRIR BUSHIDO	MOSIR/ CRIR BUSHIDO
15.00-18.00	Badania i konsultacje –Studio Masażu i Terapii Naturalnych	KARINA POWIEŚNIK
16.00-16.45	ZUMBA - SENIORZY	STOWARZYSZENIE "17-stka"
	WARSZTATY/PRELEKcje	
14.30-15.00	„Ruch to zdrowie- każdy to powie”	MOSIR/ CRIR BUSHIDO
15.00-15.30	Piękny uśmiech - każdy może go posiadać	STOMA-DENTAL
15.30-16.00	Czuj się bezpiecznie	KMP Rybnik
17.00-18.30	Profilaktyka nowotworowa	ADAM OPOKA
18.30-19.30	Zagrożenia XXI wieku	KARINA POWIEŚNIK

23 maja 2018 r. Centrum Opieki Salus sp. z o.o ul. Jastrzębska 12, Rybnik

GODZINY	WYDARZENIE	PODMIOT
9.00-13.00	Pomiar ciśnienia i poziomu cukru we krwi z konsultacjami diabetologicznymi	CENTRUM OPIEKI SALUS SP Z.O.O
9.00-11.00	EKG z opisem	ONKOTERM CENTRUM MEDYCZNE
9.00-13.00	Konsultacje dietetyczne: analiza składu ciała, analiza niedoborów, minerałów, udzielanie porad	DIETETYK SABINA DUDA
9.00-13.00	Pomiar wydolności mięśnia sercowego	CENTRUM OPIEKI SALUS SP Z.O.O
9.00-13.00	Porady stomatologiczne	STOMADENTAL
9.00-13.00	Konsultacje/ porady kosmetyczne + wykonywanie makijażu	CKZIU Racibórz
9.00-13.00	Zabiegi z zakresu masażu klasycznego i relaksacyjnego	CKZIU Racibórz
9.00-13.00	Pokaz naczyń do zdrowego przechowywania żywności	Tupperware Krystyna Seneka
9.00-13.00	Promocja „zdrowej żywności” – miody, zioła, herbaty	Sklep ze zdrową żywnością
9.00-13.00	Punkt konsultacyjny dla osób niepełnosprawnych i potrzebujących pomocy	FUNDACJA OSTOJA

Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w programie XXV RDPZ

DZIAŁANIE WSPÓŁFINANSOWANE PRZEZ MIASTO RYBNIK
I REGIONALNE TOWARZYSTWO OŚWIATY ZDROWOTNEJ

Partnerzy:

