

7 października 2016



Impreza profilaktyczna na Placu Artystów w Kielcach

W najbliższy poniedziałek, 10 października w godz. 10.00 - 14.00 na Placu Artystów w Kielcach odbędzie się impreza profilaktyczna pt. "Warzywa, owoce i ruch a będziesz zdrow". W programie m.in. zajęcia ruchowe, porady zdrowotne. kiermasz warzyw i owoców.

Na stoiskach Świętokrzyskiego Centrum Onkologii, Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej, Wojewódzkiego Ośrodka Medycyny Pracy wykonywane będą badania, takie jak: pomiar glukozy we krwi, pomiar stężenia tlenu węgla w wydychanym powietrzu, pomiar ciśnienia krwi oraz wskaźnik masy ciała BMI.

Można będzie także uzyskać poradę dotyczącą rzucania palenia (stoisko Onkologii) oraz wskazówki odnośnie racjonalnego żywienia z pomiarem tkanki tłuszczowej na stoisku

Naturhouse.

W czasie imprezy odbywać się będzie także kiermasz warzyw i owoców, przygotowany przez kielecki oddział Świętokrzyskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego w Modliszewicach.

O godz. 11.00 rozpoczną się godzinne zajęcia ruchowe i marsz z kijkami, zorganizowany przez kielecki MOSIR. Zapraszamy ze swoimi kijkami, ale dla chcących po raz pierwszy spróbować tej formy aktywności będzie możliwość nieodpłatnego wypożyczenia kijków na czas spaceru.

Będzie można również wziąć udział w konkursie wiedzy o zdrowym stylu życia i profilaktyce nowotworów z nagrodami, który odbędzie się po powrocie ze spaceru z kijkami około godz. 12.00.