

3 czerwca 2022



## Spędźmy wakacje bezpiecznie i zdrowo

**„Zdrowe i Bezpieczne Wakacje” - pod takim hasłem w piątek 3 czerwca na parkingu przed siedzibą Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego zorganizowany został piknik edukacyjno-profilaktyczny. Podczas spotkania można skorzystać z badań profilaktycznych, poznać zasady udzielania pierwszej pomocy, dowiedzieć się jak ważne są pasy bezpieczeństwa podczas podróży, a także przeprowadzić symulację skutków używania narkotyków lub przedawkowania leków. - Zapraszamy do udziału w pikniku do godz. 15.00 - zachęcają przewodniczący Sejmiku Andrzej Pruś, wicemarszałek Marek Bogusławski, wicedyrektor Departamentu Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Krzysztof Ołownia i dyrektor WORD w Kielcach Agnieszka Kuś.**

Piknik edukacyjno-profilaktyczny przygotowali wspólnie Departament Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego w Kielcach, Świętokrzyski Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia w Kielcach, Wojewódzka Komenda Policji w Kielcach, Świętokrzyskie Centrum Onkologii w Kielcach, Świętokrzyskie Centrum Ratownictwa Medycznego i Transportu Sanitarnego w Kielcach, Wojewódzka Stacja

Sanitarno-Epidemiologiczna w Kielcach, Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Kielcach oraz Regionalne Centrum Naukowo-Technologiczne w Podzamczu.

- Szybkimi krokami zbliżamy się do okresu urlopów, wyjazdów. By cało z nich powrócić, musimy się nauczyć lub też przypomnieć sobie, jak bezpiecznie spędzać wolny czas - przekonywał wicemarszałek **Marek Bogusławski**. - Dzisiejszy piknik ma zachęcać mieszkańców regionu, turystów do tego, by zachowywać się rozsądnie w drodze, na wodzie, w lesie. Chcemy pokazać wszystkim w przygotowanych stoiskach i namiotach, jak istotne jest przestrzeganie pewnych reguł obowiązujących kierowców, czym kończyć się może jazda samochodem bez zapiętych pasów, lub też pod wpływem środków odurzających. Nauczymy zasad pierwszej pomocy, a także namówimy do badań profilaktycznych, by w tym roku dla wszystkich każdy wyjazd wakacyjny kończył się radosnym, zdrowym i szczęśliwym powrotem do domu - dodał wicemarszałek.

Każdy chętny, na stoisku przygotowanym przez świętokrzyskich policjantów, mógł sprawdzić na specjalnych symulatorach, jak świat rozpoznaje nasz mózg pozostający pod wpływem substancji odurzających, niektórych leków czy też alkoholu. Służyły do tego alkogogle i narkogogle. Interesujący był także nietypowy pojazd, w którym można było przekonać się, jak ważne są pasy bezpieczeństwa.

- Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego przygotował dla wszystkich okazję do wypróbowania symulatora dachowania - powiedziała **Agnieszka Kuś** dyrektor WORD w Kielcach. - Warto choć raz wsiąść do takiego samochodu i w kontrolowanych warunkach, w wolnym tempie samemu przekonać się, jak reaguje auto ale też jak reaguje nasz organizm w sytuacji takiego niecodziennego zdarzenia. Dla miłych gości w naszym stoisku przygotowaliśmy odbłaski - potwierdziła Agnieszka Kuś.

- To cenna inicjatywa samorządu województwa i jednostek podległych - ocenił akcję przewodniczący Sejmiku Województwa **Andrzej Pruś**. - Za chwilę okres wakacji, wyjazdów, warto więc zebrać myśli, przygotować się do drogi, zadbać o własne bezpieczeństwo, przypomnieć sobie przepisy drogowe i upewnić się, że nasza forma fizyczna, zdrowie są w świetnym stanie. Skorzystajmy z pikniku, pamiętajmy że zdrowie i bezpieczeństwo jest najważniejsze - dodał Andrzej Pruś.

Na stoisku Świętokrzyskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia w Kielcach można zapoznać się z programami profilaktycznymi finansowanymi przez NFZ, z programem profilaktyczno-treningowym „8 Tygodni do Zdrowia”, z bezpłatnym portalem DIETY.NFZ.GOV.PL, uzyskać informacje o programie Profilaktyka 40 Plus, skorzystać z wagi z profesjonalnym analizatorem medycznym, która nie tylko mierzy ciężar ciała, ale także określa jego skład i masę oraz odczytuje faktyczny, metaboliczny wiek osoby badanej, a także wyrobić kartę EKUZ - czyli Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego.

Świętokrzyskie Centrum Onkologii w Kielcach przygotowało stoisko edukacyjno-profilaktyczne, na którym można nauczyć się samobadania piersi na fantomach, skorzystać z edukacji w zakresie profilaktyki raka piersi i raka szyjki macicy, bezpłatnych badań profilaktycznych w cytobusie, sprawdzić swoją wagę na urządzeniu z profesjonalnym analizatorem medycznym, dokonać pomiaru ciśnienia tętniczego krwi, zapoznać się z materiałami edukacyjnymi dotyczącymi profilaktyki onkologicznej, w tym profilaktyki czerniaka.

Świętokrzyskie Centrum Ratownictwa Medycznego i Transportu Sanitarnego w Kielcach pokazuje, jak prawidłowo i bezpiecznie udzielać pierwszej pomocy przedmedycznej bez używania sprzętu ratowniczego z zachowaniem przepisów sanitarnych. Pracownicy Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Kielcach mierzą poziom tlenu węgla w wydychanym powietrzu, wykonują pomiary ciśnienia tętniczego krwi, prowadzą poradnictwo związane z profilaktyką chorób odkleszczowych.

Piknik potrwa do godz. 15.00.

## Galeria zdjęć





