**Dny zdraví 2018**



***Hlavním cílem Dne zdraví je zajímavou formou informovat občany o tom, jak správně pečovat o své zdraví, jak je možné předcházet zdravotním potížím a zároveň nabídnout aktivity, které mohou dlouhodobě přispívat k fyzické i duševní pohodě.***

***Den zdraví je jednodenním open air festivalem zdravého životního stylu, který v sobě spojí prevenci, zábavu a vzdělávání široké veřejnosti.***

Letošní ročník Dne zdraví je připraven ve spolupráci města Chrudim s Chrudimskou nemocnicí.

Na zajištění obsahu akce spolupracují i další partnerské organizace – Krajská hygienická stanice, Střední škola zdravotnická a sociální Chrudim, Univerzita Pardubice – Fakulta zdravotnických studií, ČČK, Tělovýchovná jednota Léčebna Košumberk, Kruh zdraví, Zdravíčko Chrudim, Hamzova léčebna Luže – Košumberk, Nadační fond Petra Koukala, Centrum J.J. Pestallozziho, Domov sociálních služeb Slatiňany, TyfloCentrum Pardubice, Mama klub Chrudim, Fitkoloběh – Renata Kašparová, Policie ČR, Besip, výživová poradkyně paní Iva Víravová, Aliance žen s rakovou prsu „Bellis“ mladé ženy s rakovinou prsu, Vitapur – profesionální a domácí péče, Středisko rané péče Pardubice o.p.s., Chrudimská beseda a mnoho dalších.

Akci pořádají město Chrudim prostřednictvím projektu Zdravé město a MA 21 a Chrudimská nemocnice.

Akce se koná pod záštitou radního pro zdravotnictví Pardubického kraje Ing. Ladislava Valtra, MBA a starosty města Chrudimi Mgr. Petra Řezníčka.

**Den zdraví se uskuteční ve středu 10. října od 9:30 do 15:00 hodin v areálu Chrudimské nemocnice (vestibul a venkovní zahrada).**

 PROGRAM:

9.30 - 15.00 Preventivní bezplatná vyšetření

                                   Doprovodný program – ve vestibulu Chrudimské nemocnice

9.30 - 14.00 Běh naděje na zahradě nemocnice - humanitární akce na podporu prevence onkologických onemocnění

Venkovní workshopy

11.30                          Slavnostní zahájení

**Podrobnější program:**

**Preventivní vyšetření - bezplatné**

* Prevence nádoru prostaty stanovení hodnoty PSA u mužů = prostatický specifický antigen (9,30 – 13,00)
* Stanovení hladiny cholesterolu (9,30 – 13,00)
* Anonymní testování na infekci HIV (9,30 – 13,00)
* Měření krevního tlaku (SŠZS) (9,30 - 15,00)
* Orientační měření glykémie (nalačno), (9,30 - 11,00)
* Konzultace nutriční poradkyně - měření BMI
* Ukázka dezinfekce rukou včetně zkoušky správně provedené dezinfekce
* Správná manipulace s novorozencem a péče o něho
* KHS – rizika alkoholu
* Poradna očkování (11,00 – 14,00)
* Preventivní měření tlaku chodidel, robotická rehabilitace hrou, ukázka tejpování - Hamzova léčebna Luže – Košumberk
* „STK pro chlapy“ osvětová a informační kampaň Petra Koukala
* Aliance žen s rakovinou prsu, projekt „BELLIS – mladé ženy s rakovinou prsu“ (samovyšetřování prsou pomocí nácvikového modelu)
* Vyšetření kožních znamének (9.30 – 12.00 hod.)
* VITAPUR – profesionální a domácí péče
* Středisko rané péče Pardubice o. p. s. - poradenství

**Venkovní workshopy**

* FitKoloběh - koloběžkování, překážková dráha
* Boccia/pétanque, tricykl, handbike, jízda na invalidním vozíku s TJ Léčebnou Košumberk
* Tyflocentrum - poznej život nevidomých
* Český červený kříž - poskytování první pomoci
* Mama klub - berlová stezka a hry pro menší děti
* Policie ČR a BESIP - prevence závislostí

**Doprovodný program**

* Prodej výrobků klientů Domova sociálních služeb Slatiňany a Domu na půl cesty z Hrochova Týnce
* Ukázka a ochutnávka zdravých svačinek, zdravých potravin, Kruh zdraví a Zdravíčko Chrudim

**Lékárna** – sleva 10 % na veškerý sortiment volného prodeje

V případě nepříznivého počasí nebo z provozních důvodů změna programu vyhrazena.