

# XIV Dni Promocji Zdrowia

Miejski Ośrodek Kultury  
w Pszowie,  
ul. Traugutta 1

3-4 października 2013 r. od 9.00 do 16.00, 5 października 2013 r. od 9.00 do 12.00

badania • konsultacje • porady • wykłady • pokazy • prezentacje

## BADANIA BEZPŁATNE

Badanie przesiewowe tętnic  
kończyn dolnych..... bezpłatnie

### Na życzenie pacjentów:

– USG Doppler  
tętnic szyjnych i kręgowych..... 50,00 zł

– USG Doppler  
żył kończyn dolnych..... 50,00 zł

Badanie poziomu dwutlenku węgla  
w płucach..... bezpłatnie

Palpacyjne badanie piersi..... bezpłatnie

EKG..... bezpłatnie

Krioterapia..... bezpłatnie

Badanie tkanki tłuszczowej oraz  
pomiar toksyczności organizmu..... bezpłatnie

Badanie organizmu pod względem  
zanieczyszczeń oraz wewnętrznej tkanki  
tłuszczowej, a także określenie BMI..... bezpłatnie

Badanie spirometryczne..... bezpłatnie

Badanie poziomu cukru we krwi oraz  
ciśnienia tętniczego..... bezpłatnie

Anonimowe badania na wykrycie  
wirusa HIV (piątek od 10.30 do 15.00)..... bezpłatnie

Pakiet „ANEMIA”:  
Morfologia krwi + Żelazo..... bezpłatnie

## BADANIA „ZA PÓŁ CENY”

Test na wykrycie HELICOBACTER PYLORI  
(wynik badania w 15 min.)..... 15,50 zł

Profil „REUMATYZM I STAN ZAPALNY”:  
OB, CRP - ilościowe i RF  
(faktor reumatoidalny)..... 17,50 zł

## BADANIA ZE SPECJALNYM RABATEM 30%

HbsAg (nosicielstwo wirusa HBV  
wywołującego wirusowe zapalenie  
wątroby typu B)..... 12,00 zł

Test screeningowy na boreliozę  
(Borrelia IgG,IgM)..... 21,00 zł

anty-HCV (nosicielstwo wirusa HCV  
wywołującego wirusowe zapalenie  
wątroby typu C)..... 21,00 zł

## + PEŁNA OFERTA BADAŃ Z CENNIKA

### SZCZEPIENIA :

Przeciw grypie..... 35,00 zł

### MASAŻ

Parafinowanie dłoni..... 10,00 zł

Parafinowanie stop..... 10,00 zł

Kamieniami ciepłymi..... 30,00 zł

Terapia manualna..... 40,00 zł

Masaż leczniczy..... 40,00 zł

Masaż bańką chińską na cellulit..... 40,00 zł

## Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych w Pszowie

**piątek** 9.00 mgr Iwona Hildebrandt psycholog „Psycholog o HIV i AIDS,  
zachowania ryzykowne – spotkania z rzeczywistością”

## Gimnazjum w Pszowie

**czwartek** 8.50 lek. med. Psychiatra i psychoterapeuta Bożena Szymik-Iwanecka  
„Anoreksja i bulimia oraz zasady zdrowego odżywiania”

9.50 lek. med. Psychiatra i psychoterapeuta Bożena Szymik-Iwanecka  
„Depresje i zaburzenia lękowe wśród młodzieży”

8.00–12.00 nauka udzielania pierwszej pomocy – ćwiczenia na fantomie  
GPP MED-SZKOL

lek. med. Ginekolog – położnik Anna Szostak – „Problemy dojrzewania”

**piątek** 8.50 lek. med. Psychiatra i psychoterapeuta Bożena Szymik-Iwanecka  
„Radzenie sobie w sytuacjach stresowych”

9.50 lek. med. Psychiatra i psychoterapeuta Bożena Szymik-Iwanecka  
„Uzależnienia – dopalacze”

## MOK Pszów – sala nr 21

**czwartek** 9.00-15.00 Prelekcje na temat produkcji miodu

**piątek** 9.30-15.00 Prelekcje na temat produkcji miodu

## IMPREZY TOWARZYSZĄCE

**sobota** 10.00 RAJD ROWEROWY „Nałogom STOP - rowerem po zdrowie”  
START pod budynkiem MOK

### Organizator



### Patronat medialny:



### Współorganizatorzy:

MOK w Pszowie, NZOZ VITAMED, SP ZOZ Państwowy Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Rybniku, VARIXMED – dr n. med. Wojciech Mikusek, Powiatowy Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Rydułtowach i Wodzisławiu Śl. z siedzibą w Wodzisławiu Śl., Klub HDK PCK przy KWK ANNA, FARM SERVICE S.C. Wydawca czasopisma „Apteka Blisko Ciebie”, Sanepid w Wodzisławiu Śl., Fundacja Ochrony Zdrowia i Pomocy Społecznej przy KWK Anna, Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolécznictwa w Raciborzu, Grupowa Praktyka Pielęgniarska Med-Szkol, Niepubliczny Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej „Wrocławska 20” mgr Marek Tarczałowicz, Zespół Szkół Ponadgimnazjalnych w Pszowie, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Wodzisławiu Śl., NZOZ Ośrodek Terapii Uzależnienia w Chorzowie mgr Iwona Hildenbrandt, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wodzisławiu Śl., Zakład Aktywności Zawodowej. Zakład Usług Pralniczych w Wodzisławiu Śl., NZOZ PROFEMINAE, NZOZ PULS-MED, Centrum Wellness, Koło Pszczelarzy – Pszów, ALOE VERA Danuta Kominek, lek. med. Jan Wilczek, lek. med. Weronika Lach-Witych, lek. med. Anna Szostak, dr n. med. Adam Riemel, Władysława Horowska, Helena Durok, Zofia Ośliżko, Hanna Szadkowska, Grażyna Łukoszek, Lekarz irydolog, Walenty Witczak, ALVEO, AKUNA – Zofia Mokry, APOLLO OPTYK, TPP Sekcja Turystyki Rowerowej, lek. med. Bożena Szymik-Iwanecka, Czesława Smusz.

## Czwartek 3 października

9.00-11.00

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie  
Seksja Rehabilitacji Społecznej,  
Pomocy uchodźcom i szkoleń

Prezentacja działalności w ramach realizowanych zadań (informowanie o prawach i uprawnieniach osób niepełnosprawnych) oraz prezentacja pilotażowego programu „Aktywny Samorząd”

9.00-13.00

Dr n. med. Wojciech Mikusek  
Badanie przesiewowe tętnic kończyn dolnych

9.00-14.00

SANEPID

Krajowy program ograniczania zdrowotnych następstw palenia tytoniu w Polsce – badanie poziomu dwutlenku węgla w płucach.

Krajowy program zwalczania AIDS i zapobiegania zakażeniom HIV – porady

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna  
w Wodzisławiu Śl.  
KONSULTACJE

9.00-16.00

NZOZ VITAMED

gabinet rehabilitacyjno-relaksacyjny  
Masaż gorącymi kamieniami,  
parafinowanie dłoni, krioterapia

Hanna Szadkowska

Terapia manualna, masaż leczniczy, masaż bańką chińską. Suplementy diety Cli Vita, FLAVON

Zepter

Czesława Smusz

Walenty Witzczak

Terapia manualna, akupresura, feng-shui,  
świecowanie uszu metodą Homo Hopi

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

Klub HDK PCK przy KWK Anna w Pszowie  
– punkt informacyjny

Zakład Aktywności Zawodowej  
Zakład Usług Pralniczych w Wodzisławiu Śl.  
Masaże – bezpłatnie

JUICE PLUS+

Helena Durok

Centrum Wellness – Rybnik TANITA

Określenie poziomu tłuszczu wewnętrznego,  
pomiar układu kostnego i nawodnienia organizmu  
oraz określenie wieku metabolicznego

Lekarz irydolog

Diagnoza organizmu z tęczówki oka

Apollo Optyk – bezpłatne badania wzroku.  
Możliwość zakupu okularów i soczewek  
kontaktowych – soczewki 24.pl

PRODUKTY NUTRILITE

Porady dietetyczne oraz system oczyszczania wody  
– Władysława Horowska

MONA-VIE, MORINDA-NONI

Suplementy diety – Grażyna Łukoszek

ALOE VERA – Danuta Kominek  
Światłoterapia, oczyszczanie organizmu

Niepubliczny Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej  
„Wrocławska 20” – mgr Marek Tarczałowicz

Regionalne Centrum Krwiodawstwa  
i Krwiolecznictwa w Raciborzu

Stoisko z produktami pszczelarskimi – Zofia Ośliżło

10.00-13.00

PROFEMINAE

Palpacyjne badanie piersi, porady laktacyjne

10.00-14.00

PULS MED – EKG

11.00-13.00

Powiatowy Zespół ds. Orzekania  
o Niepełnosprawności w Wodzisławiu Śl.

## Piątek 4 października

9.00-14.00

AMBULANS RCKiK  
HONOROWE ODDAWANIE KRWI

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna  
w Wodzisławiu Śl. – KONSULTACJE

9.00 – 16.00

Walenty Witzczak

Terapia manualna, akupresura, feng-shui,  
świecowanie uszu metodą Homo Hopi

NZOZ VITAMED

gabinet rehabilitacyjno-relaksacyjny  
Masaż gorącymi kamieniami,  
parafinowanie dłoni, krioterapia

Zakład Aktywności Zawodowej  
Zakład Usług Pralniczych w Wodzisławiu Śl.  
Masaże – bezpłatnie

JUICE PLUS+

Helena Durok

Centrum Wellness – Rybnik TANITA

Określenie poziomu tłuszczu wewnętrznego,  
pomiar układu kostnego i nawodnienia organizmu  
oraz określenie wieku metabolicznego

Lekarz irydolog

diagnoza organizmu z tęczówki oka

Apollo Optyk – bezpłatne badania wzroku.

Możliwość zakupu okularów i soczewek  
kontaktowych – soczewki 24.pl NZOZ VITAMED

ALVEO, AKUNA

Zofia Mokry

Hanna Szadkowska

Terapia manualna, masaż leczniczy masaż bańką  
chińską. Suplementy diety Cli Vita, FLAVON

Farm Service wydawca czasopisma

„APTEKA Blisko Ciebie” – pomiar wzrostu, wagi,  
tkanki tłuszczowej i ciśnienia tętniczego.

Firma Microlife

Pomiar ciśnienia krwi, wykrywanie arytmii  
oraz migotania przedsionków

PRODUKTY NUTRILITE

Porady dietetyczne oraz system oczyszczania  
wody – Władysława Horowska

MONA-VIE, MORINDA-NONI

Suplementy diety – Grażyna Łukoszek

ALOE VERA – Danuta Kominek

Światłoterapia, oczyszczanie organizmu

Niepubliczny Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej  
„Wrocławska 20” – mgr Marek Tarczałowicz

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

Klub HDK PCK przy KWK Anna w Pszowie  
punkt informacyjny

Regionalne Centrum Krwiodawstwa  
i Krwiolecznictwa w Raciborzu

Stoisko z produktami pszczelarskimi – Zofia Ośliżło

10.00–12.00

lek. med. JAN WILCZEK

Konsultacje laryngologiczne

10.00–13.00

PROFEMINAE

Palpacyjne badanie piersi, porady laktacyjne

10.00–14.00

PULS MED – EKG

10.30–15.00

Bezpłatne anonimowe badania  
na wykrycie wirusa HIV

15.15–16.00

Dr n. med. Adam Riemel

Konsultacje chorób wewnętrznych i nefrologii

## Sobota 5 października

9.00-12.00

lek. med. Weronika Lach-Witych  
Badania spirometryczne,  
konsultacje pulmonologiczne

Walenty Witzczak

Terapia manualna, akupresura, feng-shui,  
świecowanie uszu metodą Homo Hopi

Zepter

Czesława Smusz

JUICE PLUS+

Helena Durok

Centrum Wellness – Rybnik TANITA

Określenie poziomu tłuszczu wewnętrznego,  
pomiar układu kostnego i nawodnienia organizmu  
oraz określenie wieku metabolicznego

Lekarz irydolog

Diagnoza organizmu z tęczówki oka

Apollo Optyk

Bezpłatne badania wzroku.  
Możliwość zakupu okularów i soczewek  
kontaktowych – soczewki 24.pl

PRODUKTY NUTRILITE

Porady dietetyczne oraz system oczyszczania  
wody – Władysława Horowska

MONA-VIE, MORINDA-NONI

Suplementy diety – Grażyna Łukoszek

ALOE VERA – Danuta Kominek

Światłoterapia, oczyszczanie organizmu

Niepubliczny Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej  
„Wrocławska 20” mgr Marek Tarczałowicz

POLSKI CZERWONY KRZYŻ

Klub HDK PCK przy KWK Anna w Pszowie  
Punkt informacyjny

Zakład Aktywności Zawodowej

Zakład Usług Pralniczych w Wodzisławiu Śl.  
Masaże – bezpłatnie

ALVEO, AKUNA

Zofia Mokry

MONA-VIE, MORINDA-NONI

Suplementy diety – Grażyna Łukoszek

Niepubliczny Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej  
„Wrocławska 20” – mgr Marek Tarczałowicz

Stoisko z produktami pszczelarskimi – Zofia Ośliżło

# Serdecznie zapraszamy

# XIV Dni Promocji Zdrowia w Pszowie

# 3-5.10.2013 r.