

Zapraszamy do Siedliska na Dzień Zdrowia Seniora

W ramach wydarzenia wspólnie z naszymi partnerami zaplanowaliśmy: promowanie szeroko pojętej profilaktyki zdrowotnej, w tym regularnych badań profilaktycznych służących wczesnemu wykrywaniu chorób cywilizacyjnych u seniorów; realizację działań profilaktycznych obejmujących analizę składu ciała (m.in. pomiar ciśnienia tętniczego, BMI, poziomu tkanki tłuszczowej i mięśniowej oraz poziomu nawodnienia organizmu) wraz z indywidualnym omówieniem wyników i edukacją zdrowotną kierowaną głównie do osób 65+; realizację warsztatów z samobadania piersi i jąder na fantomach wraz z materiałami edukacyjnymi, wspierających profilaktykę nowotworową i zwiększających świadomość zdrowotną kobiet i mężczyzn w wieku senioralnym; edukację uczestników w zakresie korzystania z narzędzi e-zdrowia umożliwiających zapis na badania profilaktyczne i dostęp do świadczeń zdrowotnych, w tym aplikacji mojejIKP, Internetowego Konta Pacjenta (IKP) oraz centralnej e-rejestracji; przeprowadzenie prelekcji i działań edukacyjnych przez ekspertów Narodowego Funduszu Zdrowia dotyczących profilaktyki zdrowotnej, dostępnych programów profilaktycznych oraz korzystania z narzędzi e-zdrowia; promowanie programów profilaktycznych realizowanych przez NFZ, w szczególności programu profilaktyki raka piersi i programu profilaktyki raka szyjki macicy; wdrażanie zdrowych nawyków żywieniowych oraz promocja zdrowego stylu życia poprzez działania edukacyjne dotyczące profilaktyki otyłości, cukrzycy i chorób sercowo-naczyniowych oraz znaczenia aktywności fizycznej; Zapraszamy również do skorzystania z oferty naszych partnerów: Wielospecjalistyczny Szpital SPZOZ w Nowej Soli – konsultacje ze specjalistami (kardiolog, fizjoterapeuta), Urząd Gminy w Siedlisku