****

**II Marsz Zdrowia – Lubuskie obchody Światowego Dnia Zdrowia**

**W niedzielę, 3 kwietnia odbędą się lubuskie obchody Światowego Dnia Zdrowia połączone z inauguracją działań submarek: „Zdrowe Lubuskie” i „Naturalnie Lubuskie”. Tegoroczne hasło WHO (Światowej Organizacji Zdrowia) to „Walcz z lekoopornością. Brak działań dziś-brak możliwości leczenia jutro”.**

Podobnie jak rok temu obchody rozpocznie „Marsz zdrowia”, czyli spacer z kijkami nordic walking trasą Ośmiu Tysięcy Zabytków. Start: godzina 11.00 na parkingu przy kąpielisku w Ochli. Oprócz spaceru uczestnicy marszu będą mogli bezpłatnie wziąć udział w jarmarku Kaziukowym w Ochli oraz zostaną wylosowane wśród nich cenne nagrody   
np. profesjonalne kije do nordic walking.

**Światowy Dzień Zdrowia**

Polska jest krajem członkowskim Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) od początku jej istnienia, to jest od 7 kwietnia 1948 r. Od tamtej pory w tym dniu obchodzi się na całym świecie Światowy Dzień Zdrowia. Główna siedziba Organizacji znajduje się w Genewie. Biuro WHO w Polsce utworzone zostało w lipcu 1992 r. Jest ono integralną częścią Biura Regionalnego Światowej Organizacji Zdrowia dla Europy (WHO EURO) z siedzibą w Kopenhadze. Działalność Organizacji w Polsce opiera się na istniejącej sieci ośrodków współpracy (Collaborating Centres, Counterparts i Focal Points), koordynowanych przez Biuro WHO (Country Office) i wspieranych przez nie poprzez świadczenie pomocy technicznej.

W związku z tegorocznym hasłem obchodów pamiętajmy że:

* Antybiotyki leczą tylko zakażenia bakteryjne - nie działają w zakażeniach wirusowych takich jak przeziębienie, czy grypa
* Antybiotyki nie zapobiegają przenoszeniu się przeziębienia czy wirusa grypy na inne osoby
* Niewłaściwe stosowanie antybiotyków np. w leczeniu przeziębienia czy grypy może spowodować pojawienie się oporności na antybiotyki wśród bakterii. W ten sposób antybiotyki mogą okazać się nieskuteczne wtedy, kiedy naprawdę będą potrzebne.
* Antybiotyki należy przyjmować tylko wtedy, kiedy zalecił je lekarz i ściśle według jego wskazówek, a dzięki temu przedłuży się  ich efektywność w przyszłości.
* Nie należy odstawiać antybiotyku, nawet jeśli poprawi się samopoczucie – należy przyjąć wszystkie przepisane przez lekarza dawki.
* Nie należy przyjmować antybiotyków na własną rękę, bez konsultacji z lekarzem

**Zachowaj efektywność antybiotyków**

**PLAKAT Z MAPKĄ MARSZU DO POBRANIA!**

**Świętujmy aktywnie Światowy Dzień Zdrowia!”**