

ŚWIĘTA ZE ZDROWIEM

Tylko w chorobie ceni się zdrowie
– profilaktyka i prewencja zdrowotna



7 grudnia 2024, 12.00-16.00



Akademia Nauk Stosowanych Angelusa Silesiusa
Centrum Symulacji Medycznych – Hala sportowa (ul. Południowa 1)

W programie:

- **Harmonia Ciała i umysłu** – Pilates w profilaktyce zdrowego kręgosłupa, konsultacja i porady.
- **Fizjoterapia na miarę Twoich potrzeb** – Czy wiesz, że fizjoterapia może pomóc Ci pozbyć się bólu i zwiększyć zakres ruchu?
- **Regularne pomiary to klucz do zdrowia** – Pomiary antropometryczne (waga, wzrost, pomiar RR, tętna, obliczanie BMI), pomiary glikemii.
- **Zakładanie wenflonu** – Naucz się prawidłowo wkłuwać wenflon i pobierać krew.
- **Pobieranie krwi** – Poznaj różne techniki pobierania krwi i dowiedz się, jak unikać błędów.
- **Cewnikowanie pęcherza moczowego** – Naucz się prawidłowo wprowadzać cewnik i dbać o higienę pacjenta.
- **Kąpiel noworodka** – Dowiedz się, jak bezpiecznie kąpać noworodka i zapewnić mu komfort.
- **Ważenie noworodka** – Naucz się prawidłowo ważyć noworodka i interpretować wyniki.
- **Opieka nad wcześniakiem w inkubatorze** – Dowiedz się, jak zapewnić odpowiednią opiekę wcześniakowi w inkubatorze.
- **Osluchiwanie klatki piersiowej** – Naucz się prawidłowo osłuchiwać klatkę piersiową i rozpoznawać nieprawidłowości.
- **Samobadania** – nauka samobadania piersi i jąder.
- **Pielęgniarstwo dawniej – pielęgniarstwo dziś** – Zapraszamy na wyjątkowe wydarzenie, podczas którego porównamy narzędzia i metody pracy pielęgniarek z przeszłości i teraźniejszości.
- **Poznaj swoje ciało lepiej** – Analiza składu ciała to badanie, które pozwoli Ci poznać dokładny skład swojego organizmu: ilość mięśni, tłuszczu, wody i masy kostnej.
- **Porusz serce** – nauka przeprowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej oraz nauka korzystania z AED
- **Zobacz świat wyraźniej** – konsultacja okulistyczna z badaniem OCT – nowoczesna diagnostyka siatkówki i nerwu wzrokowego.
- **Akcja interakcja – porada farmaceutyczna** – przegląd przyjmowanych leków i weryfikacja interakcje między nimi, dogłębne wyjaśnienie zasad przyjmowania leków stosowanych na stałe i doraźnych
- **Neurologia i USG – Twój krok ku zdrowiu** – konsultacje neurologiczne połączone z USG tętnic szyjnych. Wczesna diagnoza to klucz do zapobiegania udarom i chorobom układu nerwowego.
- **Twoje serce zasługuje na troskę** – konsultacje kardiologiczne połączone z badaniem EKG. Wczesna diagnostyka to klucz do zdrowego serca i długiego życia.
- **Czyste ręce – zdrowie w Twoich dłoniach** – Sprawdź, czy myjesz ręce poprawnie! Profesjonalna analiza skuteczności mycia rąk pomoże Ci chronić siebie i innych przed zarazkami.
- **Harmonia ciała i umysłu** – Zapraszamy na zajęcia jogi dla każdego o godzinie 14.00! Wzmocnij swoje ciało, wycisz umysł i odzyskaj wewnętrzny spokój.
- **Zdrowie zaczyna się od wiedzy** – Weź udział w warsztatach edukacji zdrowotnej dla dorosłych! Dowiedz się, jak dbać o zdrowie, zapobiegać chorobom i prowadzić zdrowszy styl życia. Quiz zdrowotny z nagrodami.
- **Zdrowie z Misiem** – uczymy się bawiąc! – Zapraszamy dzieci na wyjątkowe zajęcia edukacji zdrowotnej!
W programie: nauka dbania o zdrowie z Misiem Pacjentem i konkurs plastyczny z nagrodami.
- **Telefony w mojej głowie** – Jak technologia kształtuje nasze życie – Dołącz do naszej akcji edukacyjnej i odkryj, jak smartfony wpływają na nasz umysł, relacje i codzienne decyzje.

Na konsultacje neurologiczne, kardiologiczne i okulistyczne wymagana jest wcześniejsza rejestracja pod numerem telefonu: 506 224 017

Organizatorzy:

Akademia Nauk Stosowanych Angelusa Silesiusa
Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu Filia w Wałbrzychu wraz
ze Specjalistycznym Szpitalem im. dra Alfreda Sokołowskiego w Wałbrzychu