

Bezpłatne badania dla mieszkańców Rzeszowa

WEŹ UDZIAŁ W AKCJI: ZDROWIE W TWOICH RĘKACH - PROFILAKTYKA DLA MIESZKAŃCÓW

Bezpłatne badania profilaktyczne:

- wykrywanie osteoporozy (osteobus)
- spirometria,
- analiza składu ciała,
- badanie poziomu cukru, wzroku, ciśnienia,
- diagnostyka wad postawy,
- porady, konsultacje lekarskie i wiele innych

Miejsce: ulica 3 Maja, Rzeszów

23-25 maja 2025 r.

godz. 10.00-17.00



**POLSKIE
STOWARZYSZENIE
DIABETYKÓW**



rzeszów
stolica innowacji



Narodowy Fundusz Zdrowia
Podkarpacki Oddział Wojewódzki w Rzeszowie



SAMODZIELNY PUBLICZNY
ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ NR 1
W RZESZOWIE



Bezpłatne badania profilaktyczne - plakat

Wykrywanie osteoporozy, spirometria, analiza składu ciała, badanie wzroku, ciśnienia, poziomu cukru, diagnostyka wad postawy porady, konsultacje lekarskie i inne badania będzie można zrobić za darmo. Wszystko w ramach kampanii: Zdrowie w Twoich Rękach – Profilaktyka dla Mieszkańców. Odbędzie się ona 23-25 maja w namiotach na ul. 3 Maja oraz w Międzynarodowym Centrum Integracji FENIKS (ul. 3 Maja 13). Akcję organizuje Urząd Miasta Rzeszowa.

Głównym założeniem akcji jest edukacja, promocja zdrowia i utrwalanie prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Rzeszowa. - To się znakomicie wpisuje w to, że rok 2025 jest ustanowiony Rokiem Edukacji Zdrowotnej i Profilaktyki. Działania profilaktyczne pozwalają wykryć choroby we wczesnym stadium, co zwiększa szanse na skuteczne leczenie – podkreśla Konrad Fijołek, Prezydent Rzeszowa. Jak dodał, regularne badania i zdrowy tryb życia zmniejszają koszty leczenia i liczbę hospitalizacji. Inwestowanie w zapobieganie chorobom przynosi wymierne korzyści zarówno dla pacjentów, jak i dla całego społeczeństwa.

Wszystkie działania zaplanowane dla mieszkańców będą realizowane nieodpłatnie!

Piątek, 23 maja

- Cogito Med w godz. 10-17 będzie realizował program profilaktyki i wczesnego wykrywania osteoporozy. Na ul. 3 Maja zlokalizowany będzie osteobus. Prowadzone będą badania z wykorzystaniem FRAX kalkulatora ryzyka złamania osteoporotycznego, badania densytometryczne z konsultacją lekarską w Międzynarodowym Centrum Integracji FENIKS oraz działania edukacyjne. Program kierowany jest do kobiet w wieku 65 lat i więcej, kobiet w wieku 40-64 lat z co najmniej jednym dodatkowym czynnikiem oraz mężczyzn w wieku 75 lat i więcej.
- Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej nr 1 w Rzeszowie - bezpłatne porady zdrowotne kardiologa, specjalisty chorób wewnętrznych w godz. 12-14. Badanie spirometrii w godz. 12-16 (Międzynarodowe Centrum Integracji FENIKS). Dodatkowo w godz. 10 - 16 możliwość pomiaru poziomu glukozy oraz ciśnienia, instruktaż samobadania piersi, informacje na temat miejskiego programu profilaktyki raka piersi, programu wykrywania zakażeń wirusowego zapalenia wątroby typu C czy medycyny podróży.
- Centrum Medyczne Medyk w godz. 12- 17 w namiocie profilaktycznym zorganizuje Klinikę Małego Medyka - naukę udzielania pierwszej pomocy dla dzieci i dorosłych, jak pomóc w zatrzymaniu krążenia, co to jest AED i jak go użyć, jak postępować w stanach zagrożenia życia. Stoisko informacyjne dotyczące miejskiego programu przeciwdziałania otyłości wśród dzieci. Edukacja w zakresie profilaktyki nowotworów. Nauka samobadania piersi i jąder (Międzynarodowe Centrum Integracji FENIKS).
- Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Podkarpacki Oddział Wojewódzki w godz. 10 - 17 w namiocie profilaktycznym przeprowadzi badanie poziomu cukru oraz badanie wzroku i dla chętnych analiza składu ciała w siedzibie Międzynarodowego Centrum Integracji FENIKS.
- Narodowy Fundusz Zdrowia Podkarpacki Oddział Wojewódzki w godz. 10 - 16 zorganizuje stoisko informacyjno-edukacyjne, gdzie będzie można uzyskać informacje na temat programów profilaktycznych realizowanych przez NFZ. Doradcy będą pomagać założyć aplikacje w telefonie (mojeIKP, mojeFizjo+) oraz zachęcać do korzystania z portalu Diety NFZ oraz Akademia NFZ, zapoznają chętnych z materiałami z cyklu „Planuje Długie Życie” oraz tematycznymi magazynami „Ze Zdrowiem”.
- Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Rzeszowie w godz. 10-17 zorganizuje stoisko promujące profilaktykę chorób zakaźnych i cywilizacyjnych, poradnictwo oraz konsultacje dotyczące szczepień ochronnych, loterię z nagrodami.

Sobota, 24 maja

- Cogito Med w godz. 10 - 17 - realizacja programu profilaktyki i wczesnego wykrywania osteoporozy. Na ul. 3 Maja będzie osteobus. Dodatkowo mobilny gabinet medyczny zaoferuje: przesiewowe badanie wzroku, spirometria, BMI.
- Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej nr 1 w Rzeszowie - bezpłatne porady zdrowotne kardiologa, specjalisty chorób wewnętrznych w godz. 10-12. Badanie spirometrii w godz. 12-16 (Międzynarodowe Centrum Integracji FENIKS). Dodatkowo w godz. 10 - 16 możliwość pomiaru poziomu glukozy oraz ciśnienia, instruktaż samobadania piersi, informacje na temat miejskiego programu profilaktyki raka piersi, programu wykrywania zakażeń wirusowego zapalenia wątroby typu C czy medycyny podróży.
- Centrum Medyczne Medyk w godz. 10 - 17 w namiocie profilaktycznym zorganizuje Klinikę Małego Medyka. Stoisko informacyjne dotyczące miejskiego programu przeciwdziałania otyłości wśród dzieci. Badanie wzroku na urządzeniu Visiosmart (Międzynarodowe Centrum Integracji FENIKS).
- Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Podkarpacki Oddział Wojewódzki w godz. 10-17 w namiocie profilaktycznym przeprowadzi badanie poziomu cukru.

Niedziela, 25 maja

- Cogito Med w godz. 10 - 17 realizacja programu profilaktyki i wczesnego wykrywania osteoporozy w godz. 10 - 17. Na ul. 3 Maja zlokalizowany będzie osteobus.
- Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej nr 1 w Rzeszowie bezpłatne porady zdrowotne kardiologa, specjalisty chorób wewnętrznych w godz. 10 - 12. Badanie spirometrii w godz. 12-16 (Międzynarodowe Centrum Integracji FENIKS). Dodatkowo w godz. 10 - 16 możliwość pomiaru poziomu glukozy oraz ciśnienia, instruktaż samobadania piersi, informacje na temat miejskiego programu profilaktyki raka piersi, programu wykrywania zakażeń wirusowego zapalenia wątroby typu C czy medycyny podróży.
- Centrum Medyczne Medyk w godz. 10-17 w namiocie profilaktycznym zorganizuje Klinikę Małego Medyka. Analiza składu ciała wraz z konsultacjami dietetyka (Międzynarodowe Centrum Integracji FENIKS).
- Polskie Stowarzyszenie Diabetyków Podkarpacki Oddział Wojewódzki w godz. 10-17 w namiocie profilaktycznym przeprowadzi badanie poziomu cukru.
- Centrum Fizjoterapii Paśko w godz. 10-14 w Międzynarodowym Centrum Integracji FENIKS dostępnych będzie dwóch rehabilitantów, którzy będą wykonywać diagnostykę wad postawy i stóp.