

# Portal Województwa Lubuskiego



**1 czerwca Departament Ochrony Zdrowia organizuje  
Piknik Zdrowia!**



**Kategoria** - Zdrowie

**Data publikacji** -20 maja 2025 godz. 13:49

**Impreza prozdrowotna z długą tradycją w tym roku wypada w Dniu Dziecka, dlatego obok darmowych badań i konsultacji pojawi się wiele atrakcji dla najmłodszych. Wpisując się w założenia polityki prorodzinnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubuskiego, na Piknik Zdrowia zapraszamy całe rodziny.**

Do udziału w wydarzeniu zaprasza wraz z Departamentem Ochrony Zdrowia UMWL

nadzorujący go **wicemarszałek Sebastian Ciemnoczołowski**. Piknik to świetna okazja, żeby spędzić czas razem w zdrowy, aktywny i radosny sposób! Żeby połączyć możliwość skorzystania z darmowych badań (przebadanie się w tradycyjny sposób, w poradni lub gabinecie lekarskim, często oznacza czekanie w długich kolejkach; na Pikniku Zdrowia będzie to możliwe niemalże od ręki) z zabawą i wieloma atrakcjami dla dzieci.

**Piknik odbędzie się 1 czerwca 2025 r, (niedziela) w godz. 11.00-15.00 na terenie Wojewódzkiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Zielonej Górze-Drzonkowie.** Będzie to największe wydarzenie prozdrowotne w naszym regionie. Łączy działania edukacyjne i profilaktyczne – daje możliwość, by przez zabawę edukować siebie i bliskich.

W organizację wydarzenia zaangażowane są instytucje publiczne, organizacje społeczne i służby odpowiedzialne za zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańców. Udział wezmą m.in. lubuskie szpitale, fundacje oraz organizacje pozarządowe, które w jednym miejscu zaprezentują swoje działania i ofertę. To wyjątkowa okazja, by skorzystać z darmowych badań oraz zdobyć praktyczną wiedzę o profilaktyce i zdrowym stylu życia.

# Sebastian Ciemnoczowski

Wicemarszałek Województwa Lubuskiego



zdrowe  
Lubuskie

*zaprasza na*

## Piknik Zdrowia

**1 czerwca  
2025**

**godz. 11:00 – 15:00  
WOSiR Drzonków**



## Zdrowie · Rodzina · Przyszłość

### MIASTECZKO ZDROWIA

(bezpłatne badania, warsztaty, porady, konsultacje, profilaktyka)

- przesiewowe badanie wzroku
- badanie słuchu
- bezinwazyjne badanie wideodermatoskopowe skóry – szczegółowa ocena zmian skórnych
- konsultacje terapeutyczne w zakresie uzależnień, psychiatrii i psychologii
- porady w zakresie neuroróżnorodności
- dentobus
- pokazy ratownictwa medycznego

ORAZ WIELU CIEKAWYCH WYSTAWCÓW

### ATRAKCJE:

### STREFA PRZYSZŁEGO RODZICA:

- doradca laktacyjny
- certyfikowana Doula
- Towarzystwo Rozwoju Rodziny

### SPORT I REKREACJA:

- Indoor cycling – trening cardio na specjalnych rowerach stacjonarnych
- bieg rodzinny z nagrodami
- techniki relaksacyjne: joga, pilates

### ATRAKCJE DLA DZIECI:

- dmuchany plac zabaw, gry i zabawy, konkursy

## **Co czeka na uczestników?**

### **Dla dzieci i całych rodzin:**

- dmuchańce, gry i konkursy,
- bieg rodzinny
- przejażdżki konne, bryczką, strzelanie laserowe,
- warsztaty artystyczne i plastyczne,
- bajki i strefa sensoryczna.

### **Strefa badań i profilaktyki**

- Badanie wzroku i słuchu, wideodermatoskopia skóry, ocena „wieku” naczyń krwionośnych
- Konsultacje: dietetyczne, uzależnienia, psychiatria, psychologia, neuroróżnorodność
- Dentobus – darmowe wizyty stomatologiczne
- Pokazy i nauka samobadania piersi i jąder na fantomach

### **W Miasteczku Zdrowia znajdziesz m.in.:**

- Departament Ochrony Zdrowia – profilaktyka, samobadanie piersi i jąder, atrakcje dla dzieci,
- Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Zielonej Górze
- Szpital Uniwersytecki w Zielonej Górze – pomiary, porady dietetyczne i laktacyjne, pokaz karetki,
- Centrum Leczenia Dzieci i Młodzieży w Zaborze – zabawy plastyczne,
- Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego – sprzęt i edukacja zdrowotna,
- Szpitale z Ciborza i Międzyrzecza – konsultacje i warsztaty z terapeutami,
- Lubuskie Centrum Ortopedii – badania podoskopowe i porady ortopedyczne.
- Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy i SP ZOZ „Medkol” w Zielonej Górze – porady rehabilitacyjne, pomiar ciśnienia i saturacji,

### **Dla przyszłych rodziców:**

Stowarzyszenie Doula w Polsce zaprasza kobiety w ciąży i rodziców do punktu informacyjnego – będzie można porozmawiać o porodzie, karmieniu piersią i metodach łagodzenia bólu.

### **Dla aktywnych:**

Fitmania zaprosi na:

- indoor cycling,
- pilates, Power Dance,
- ćwiczenia na stepach,

### **Organizacje i studenci:**

- Fundacja Drobne Gesty – wolontariat i zabawy,
- TPD Drezdenko i Fundacja Piętro Wyżej – prace artystyczne,

- Stowarzyszenie Nerka – profilaktyka chorób nerek,
- Studenci Uniwersytetu Zielonogórskiego – badania, edukacja, nauka pierwszej pomocy, Szpital Pluszowego Misia,
- Towarzystwo Rozwoju Rodziny – edukacja seksualna i testy na HIV, HCV i kiłę,
- DKMS – rejestracja dawców szpiku,
- Regionalne Centrum Krwiodawstwa – zbiórka krwi,
- Lubuski NFZ – konsultacje, warsztaty, gry edukacyjne,
- CKZiU „Medyk” – zabiegi pielęgnacyjne dłoni, teatrzyk Kamishibai, zajęcia plastyczne,
- MCKiE „Dom Harcerza” – warsztaty tworzenia motyli,
- Bawialnia Drewno & Kawa – sensoryka, malowanie, bajki,
- Fundacja Centrum Rodziny,
- Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Zielonej Górze,
- Zaczarowane Wnętrze – malowanie twarzy.