

Portal Województwa Lubuskiego



Moje zdrowie, moja sprawa - w niedzielę VI Lubuski Piknik Zdrowia!



Kategoria - Archiwum

Data publikacji -29 maja 2015 godz. 13:00

- Naprawdę możemy sami zadbać o zdrowy styl życia! Na Lubuskim Pikniku Zdrowia pokażemy, jak się to robi! - zachęca do udziału w imprezie marszałek Elżbieta Anna Polak, która już po raz szósty organizuje dla Lubuszan prozdrowotny piknik w Drzonkowie. Spotykamy się w niedzielę, 31 maja br. w Wojewódzkim Ośrodku Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa

Majewskiego w Drzonkowie.

To jedyna tego typu impreza w województwie lubuskim, podczas której kumuluje się tyle zdrowia i pozytywnej energii. Wszystkie atrakcje, porady lekarskie i infrastruktura drzonkowskiego ośrodka są udostępniane uczestnikom za darmo. Dodatkowo w niedzielę od godz. 10.00 do 19.00 na trasie Zielona Góra-Drzonków będzie kursował bezpłatny autobus MZK linii nr 30 (według niedzielnego rozkładu).

Szósty piknik, jedno zdrowie

W tym roku do udziału w pikniku zgłosiło się blisko 60 wystawców ([ZOBACZ LISTĘ WYSTAWCÓW I ICH OFERTY](#)). Są to nie tylko szpitale i przychodnie podległe samorządowi województwa lubuskiego, ale także niepubliczne jednostki, NFZ, Sanepid, organizacje pozarządowe zajmujące się ochroną zdrowia, stacja krwiodawstwa, DKMS (rejestr dawców szpiku), kluby fitness, doradcy żywieniowi, dietetycy, eksperci od diet wegańskich, wegetariańskich, czy bezglutenowych, doradcy ds. wizerunku, kosmetyczki i fryzjerzy.

Swój udział w miasteczku medycznym zapowiedzieli m.in. uczniowie Zespołu Szkół i Placówek Kształcenia Zawodowego z Zielonej Góry, którzy przygotowują prezentację sałatek i wypieków oraz konkurs żywieniowy dla dzieci.

Będzie też aktywnie: ćwiczenia z instruktorem tai chi, biegi oraz maraton kolarski (w stresie crossfit). Właściciele psów mogą przyjść na piknik ze swoimi pupilami, bo Inicjatywa dla Zwierząt przeprowadzi pokaz tresury psów (Rally-o) i będzie udzielać porad behawioralnych. Zorganizują także tor przeszkód dla czworonogów.

Pokaz ratownictwa: potną auto, wyciągną ofiarę

Z kolei właściciele rowerów mogą liczyć na znakowanie pojazdów na stoisku Komendy Miejskiej Policji. O godz. 14.00 Straż Pożarna przeprowadzi pokaz ratownictwa – z wraku samochodu zostanie wyciągnięta „ofiara” wypadku. Będziemy świadkami niezwykłej akcji, podczas której strażacy tną auto, żeby uratować człowieka.

No i oczywiście badania!

To nieodłączny element Lubuskiego Pikniku Zdrowia: darmowe badanie i porady lekarskie. Sporo miejsca poświęciliśmy profilaktyce. Tradycyjnie na placu piknikowym stanie mammobus, w którym panie w wieku 50-69 lat będą mogły skorzystać z badania piersi. W tzw. słuchobusie sprawdzimy, jak słyszymy. Stoiska wielu szpitali i przychodni oferować będą darmowe badania cukru, ciśnienia, dwutlenku węgla w wydychanym powietrzu, badania okulistyczne, pomiary wagi, tkanki tłuszczowej. Nie zabraknie też profesjonalnych porad dietetycznych, m.in. na stoisku Departamentu Ochrony Zdrowia (namiot „Zdrowe Lubuskie”) na pytania o zdrowe żywienie odpowie absolwentka dietetyki z Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

A na scenie...

Główna scena piknikowa nawet przez moment nie będzie pusta. Oprócz pokazów fitness, będą tu także elementy artystyczne: występy taneczne (zespół Maki z Domu Harcerza, tancerze ze Szkoły Tańca Gracja), a także śpiewy solistów Studia Piosenki REZONAS z zielonogórskiego Domu Harcerza.

To też jest Piknik Niepełnosprawnych

Już po raz kolejny równolegle odbywać się będzie V Lubuski Piknik Osób Niepełnosprawnych, którego organizatorem jest Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej. Odbędzie się wystawa warsztatów terapii zajęciowej, prezentacja prac malarstwa niepełnosprawnej artystki oraz wywiad na temat poruszania się na wózku.

Basen, strzelnica, autobus - za darmo

Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji na czas pikniku za darmo udostępni swoją infrastrukturę: basen, korty, parkur. Wśród atrakcji będą jazda konna na lonży, strzelanie laserowe, przejazdy bryczką. W dodatku do Drzonkowa dojedziemy za darmo – w godz. 10.00-19.00 będzie kursował autobus nr 30 MZK – według niedzielnego rozkładu.

[ZOBACZ PROGRAM VI LUBUSKIEGO PIKNIKU ZDROWIA](#)

Tekst: Mirosława Dulat – Departament Ochrony Zdrowia