

Portal Województwa Lubuskiego



Piknik Zdrowia po raz pierwszy w Gorzowie!



© www.lubuskie.pl

Kategoria - Archiwum

Data publikacji -31 lipca 2017 godz. 10:17

Park Róż przeżywał prawdziwe oblężenie. Mieszkańcy północnej części regionu wiedzą, że w zdrowym ciele, zdrowy duch i z chęcią wzięli udział w I Lubuskim Pikniku Zdrowia w Gorzowie, który odbył się 30 lipca. Dopisała pogoda i bogata oferta bezpłatnych atrakcji i badań, do których ustawiały

się kolejki. - Nie ma siedzenia na ławkach, wszyscy mamy dziś poćwiczyć, bo sport to zdrowie - zachęcała marszałek Elżbieta Anna Polak, inicjatorka wydarzenia.

Ruch dla zdrowia

Do aktywnego trybu życia zachęcali instruktorzy sportu, do profilaktyki specjaliści, a na dzieci czekało mnóstwo bezpłatnych atrakcji. Piknik po raz pierwszy zagościł w Gorzowie, wydarzenie było zorganizowane przez Wydział Zamiejscowy Urzędu z siedzibą w Gorzowie we współpracy z Departamentami Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubuskiego w Zielonej Górze oraz marszałkowskimi szpitalami i przychodniami. - Zależało nam, by pokazać jak ważna jest profilaktyka i zdrowy tryb życia. Jeśli jest wczesna diagnostyka, to można wygrać z chorobą. Zaprośiliśmy dziś wszystkie wojewódzkie jednostki ochrony zdrowia w Gorzowie, kulturalne, sportowe - podkreślała marszałek Elżbieta Anna Polak i poprowadziła Marsz Nordic Walking Parkiem Róż i ulicami Gorzowa. - Praca siedząca, spotkania, narady, to wszystko jest obciążające dla organizmu. Dlatego trzeba się ruszać. Całe życie jestem pod ręką ze sportem. 20 lat byłam kierownikiem sekcji kajakowej, ponad 20 lat w zarządzie klubu piłkarskiego. Założyłam kilka sportowych klubów uczniowskich, jestem twórcą Lubuskiej Akademii Sportu - mówiła mieszkańcom marszałek.

Razem na rzecz mieszkańców

W każdej ze stref mieszkańcy mogli znaleźć coś dla siebie.

STREFY

1.Strefa zdrowia: konsultacje medyczne i żywieniowe, porady hematologa, ginekologa, psychologa, pokazy ratownictwa medycznego, nauka pierwszej pomocy, poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne dla rodziców i dzieci, mierzenie ciśnienia i poziomu tkanki tłuszczowej, badanie ostrości wzroku przy użyciu wizjotestu, porady lekarza specjalisty chorób zakaźnych nt. boleriozy i innych chorób przenoszonych drogą kleszczową, zasady bezpiecznej pracy na stanowisku komputerowym, pomiary ciśnienia, wagi BMG, poziom glukozy, surowicy, analizator składu ciała, medycyna naturalna, masaże, maseczki dla Pań z aloesu, porady dotyczące rehabilitacji, możliwość oddania krwi w krwiobusie, porady psychologiczne dla Pań walczących z chorobami nowotworowymi, porady z zakresu opieki nad małym dzieckiem, poradnictwo z zakresu rehabilitacji dzieci i dorosłych z niepełnosprawnością intelektualną i ruchową, konsultacje specjalistów punktu informacji funduszy europejskich na temat programów krajowych i regionalnych na

projekty dotyczące ochrony zdrowia, profilaktyki.

2.Strefa relaksu: leżaki, ćwiczenia relaksacyjne, zdrowa żywność, konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia z atrakcyjnymi nagrodami.

3.Strefa zabawy: malowanie twarzy, bańki mydlane, balony, zajęcia plastyczne dla dzieci, edukacyjna gra ekologiczna, miasteczko ruchu drogowego, konkurs nt. bezpieczeństwa w ruchu drogowym, kolorowanki, bicie monety z okazji 760-lecia Gorzowa Wlkp., tworzenie wydruków 3D, darmowe zajęcia z robotyki, trampolina, dmuchane zamki, sumo, animacje teatralne, basen z kulkami, sensoryczna ścieżka zdrowia, motory żużlowe, narkogogle, alkoholigogle.

4.Strefa sportu: bieg dla dzieci, aerobik „pod chmurką”, zumba, szkółki piłkarska, ćwiczenia jogi, ćwiczenia na ergometrach, warsztaty taneczne „pod chmurką”, football amerykański, mini tory przeszkód, mini tor saneczkarski, porady instruktorów fitness.

5.Strefa zdrowego żywienia: konsultacje żywieniowe, warzywa, owoce, zdrowe produkty regionalne, miody, catering dietetyczny, naturalne przyprawy.

Wydarzenia sportowe:

- BIEG DLA DZIECI „W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH - NAJWAŻNIEJSZY JEST TWÓJ RUCH” z udziałem około 100 młodych biegaczy

- MARSZ NORDIC WALKING z udziałem kilkudziesięciu osób

Bilet za krew!

Podczas wydarzenia można było oddać krew i otrzymać bilet na mecz Stali Gorzów z Włóknierzem Częstochowa, który jest zaplanowany na 20 sierpnia. Krew oddały 23 osoby.

WSPÓŁORGANIZATOR:

Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp.

PARTNERZY:

Wojewódzki Ośrodek Medycyny Pracy w Gorzowie Wlkp.

Przychodnia Dworcowa w Gorzowie Wlkp.

Departament Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubuskiego
w Zielonej Górze

Lokalny Punkt Informacji Funduszy Europejskich w Gorzowie Wlkp.

Ośrodek Adopcyjny Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Gorzowie Wlkp.

Zespół Parków Krajobrazowych Województwa Lubuskiego

Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Gorzowie Wlkp. wraz z Komendą
Wojewódzką Policji
w Gorzowie Wlkp.

Muzeum Lubuskie im. Jana Dekerta w Gorzowie Wlkp.

Teatr im. Juliusza Osterwy w Gorzowie Wlkp.