

Prezydent Miasta Chorzów
zaprasza na

CHORZOWSKI DZIEŃ PROMOCJI ZDROWIA

13.10
2018

Miejski Ośrodek
Rekreacji i Sportu
ul. Dąbrowskiego 113



www.chorzow.eu

Bezpłatne badania

(m.in. EKG, słuchu, wzroku, glukozy we krwi, BMI, ciśnienia tętniczego krwi)

i porady specjalistów

(m.in. lekarzy chorób wewnętrznych i ortopedów, farmaceutów, fizjoterapeutów, terapeutów uzależnień, trenerów)

g. 10.00-14.00

Stanowiska edukacyjne dla dzieci:

piramida żywienia i quiz
nauka udzielania I pomocy przedmedycznej na fantomie
nauka szczotkowania zębów na modelu
wzywanie pomocy przez telefon
bezpieczne przejście przez ulicę
zadania ruchowe

g. 10.00-11.30

Przygotowanie najzdrowszej i najdłuższej kanapki

g. 10.15-11.15

Pokaz szczotkowania zębów

g. 10.30 - 10.45

Pokaz udzielania I pomocy przedmedycznej

g. 11.00 - 11.15

Pokaz strzelectwa w wykonaniu zawodników biathlonu (technika laserowa)

g. 11.45 - 12.15

Otwarte zajęcia fitness

g. 12.15 - 12.45

Otwarte zajęcia jogi

g. 13.15 - 13.55



CHORZÓW
wprawia w ruch



Centrum
Integracji
Międzypokoleniowej