



STAROSTA OSTRÓDZKI
oraz
POWIATOWY ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ W OSTRÓDZIE
zapraszają na wakacyjną akcję plenerową



**Kampania
„Zdrowe lato”**

HARMONOGRAM WYDARZEŃ:

23 / 06 / 2018 r., godz. 15:00-18:00	Sport i energia oraz Zawody szlachy o Puchar Komendanta Państw w Ostródzie w najwspanialszym ogrodzie i rezerwie przyrody
06 / 07 / 2018 r., godz. 15:00-18:00	Wspólnie EKO
20 / 07 / 2018 r., godz. 15:00-18:00	Szlachetna odmowa
03 / 08 / 2018 r., godz. 15:00-18:00	Bezpieczne wakacje
17 / 08 / 2018 r., godz. 15:00-18:00	Pierwsza pomoc
25 / 08 / 2018 r., godz. 15:00-18:00	Zdrowie w szklanej wodzie

ZA DARMO:

- Badania USG piersi
- Badania poziomu cholesterolu
- Pomoc ortostatu hipertensyjnego
- Pomoc masażu ciała i badania BMI
- Spinerki
- Specjalne masażu relaksacyjnego
- Plan treningowy i dietę

POBIADKO:

- Pomoc pierwszej pomocy z udziałem PCK
- Pakiet sprzętu ratunkowego oraz akcja ratownicza
- Indywidualne badania
- Ciężki EKO Polka
- Relaksacja przy aktywności
- Loty jak w filmie
- Zunka

Atrakcje dla najmłodszych i nie tylko:

- Fata Morgana, gryznie bałki mydlane, kółeczka leżące, zabawy z wiatrakami

ZAPRASZAMY NA BULWAR NAD JEZIUREM DRWĘCKIM

PREZENTY:



HARMONIA:



INFORMACJE:



To ju? 4 wydarzenie Kampanii „Zdrowe Lato”. W najbliższy piątek (03.08.2018 r.) od godz. 15:00 na bulwarze j. Drwęckiego (na przeciwko placu zabaw dla dzieci przy Amfiteatrze) odbędzie się akcja pod nazwą „Bezpieczne wakacje”. Główną atrakcją programu będzie pokaz sprzętu ratunkowego oraz akcja ratownicza osoby tonięcej, przeprowadzona przez KPPSP oraz KPP w Ostródzie. Ponadto, ratownicy medyczni z PCK wykonają instruktaż pierwszej pomocy, podczas którego można dowiedzieć się jak postępować przy akcji ratowania życia ludzkiego.

Dodatkowo, zupełnie za darmo, będzie można wykonać badania poziomu cholesterolu, ciśnienia tętniczego, poznać swoje BMI, skorzystać z masażu relaksacyjnego oraz zapisać się na badania USG piersi. Atrakcją dla najmłodszych będzie konkurs plastyczny o tematyce EKO, ponadto tęczowe bałki mydlane, malowanie twarzy oraz liczne zabawy tematyczne. Przy energetycznej muzyce przeprowadzimy letnie lekcje fitness. Na odwiedzających będzie czekać przepyszne naturalne przekąski oraz orzeźwiające napoje.

Dla uczestników zapewniamy dobrą zabawę, konkursy z nagrodami oraz drobne upominki. :)