

Den sociálních služeb zdraví a prevence Frýdlant nad Ostravicí, 12. 9. 2019

Den sociálních služeb, zdraví a prevence města Frýdlantu nad Ostravicí probíhal v Kulturním centru a jeho okolí, venku měla svůj stan Krajská hygienická stanice MSK.

Návštěvníci měli možnost využít měření tělesných parametrů na přístroji Tanita. O analýzu byl velký zájem. Účastníci zjistili svou hmotnost, procento tělesného tuku, procento tělesné vody, hmotnost svalů, metabolický věk či kostní hmotu. Výsledky mohli na místě konzultovat s pracovníci KHS, a odnesli si je domů spolu vysvětlením konkrétních měřených parametrů.

Kuřáci měli možnost změřit si míru své závislosti na přístroji Smokerlyzer, který měří množství oxidu uhelnatého ve vydechovaném vzduchu a dostali kontakty na centra, ve kterých se mohou léčit.

Mladší děti třídily makety potravin do připravených košíčků na zdravé a méně zdravé, starší děti luštily křížovky na téma zdravá výživa. Za splněné úkoly děti obdržely drobný dárek.

Byla k dispozici řada zdravotně výchovných materiálů, odpovídali jsme na dotazy k činnosti KHS.

Akci provázelo velmi příjemné počasí, bohatá účast, velký zájem ze strany dospělých i dětí.

Tyto aktivity přispívají ke zvýšení povědomí občanů o důležitosti zdravého životního stylu, který je prevencí řady tzv. civilizačních onemocnění.

Těšíme se na další ročník!

