



PRZYSTAŃ ZDROWIE

WTOREK 10.09.2024 r.

PIKNIK PROZDROWOTNY „ZDROWO I BEZPIECZNIE” GODZ. 9.30-13.00

TEREN MOSIRU UL. KRASZEWSKIEGO 8, CIECHANÓW

WSTĘP BEZPŁATNY

SCENA

PROWADZENIE IMPREZY: Andrzej Bałdyga i Marcin Zieliński

9:30 - 9:45	Otwarcie wydarzenia
9:45 - 9:50	Występ Przedszkolaków z Niepublicznego Przedszkola- Akademia Małych Odkrywców w Ciechanowie
9:50 - 9:55	Występ Przedszkolaków z Miejskiego Przedszkola nr 3 w Ciechanowie
9:55 - 10:15	Występ Uczniów ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Ciechanowie oraz Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie
10:20 - 10:40	Występ Uczniów ze Szkoły Podstawowej TWP w Ciechanowie
10:45 - 11:15	Występ Uczniów Akademii Dźwięku w Ciechanowie
11:20 - 11:40	„Czarne Owce” z Zespołu Szkół nr 2 im. A. Mickiewicza w Ciechanowie
11:40 - 12:05	„Krach Band” z I Liceum Ogólnokształcącego im. Z. Krasieńskiego w Ciechanowie
12:05- 12:35	Zespół Muzyczny „Martti”
12:35- 12:55	Akademia Fitness w Ciechanowie
12:55- 13:00	Zakończenie wydarzenia

WYSTAWCY/ STOISKA

Służby mundurowe i ratownicze:

Policja:

- sprzęt wykorzystywany podczas asekuracji wydarzeń sportowych
- wyposażenie aut
- umundurowanie,
- alko i narkogogle
- daktyloskopia

Straż Pożarna:

- sprzęt pożarniczo- gaśniczy
- wyposażenie aut
- umundurowanie
- auto do pokazu

Nadleśnictwo:

- stoisko promocyjne
- quizy, gry, zabawy

Wojskowe Centrum Rekrutacji w Ciechanowie:

- poradnictwo w zakresie rekrutacji do służby wojskowej

5 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej:

- stoisko promujące służbę wojskową
- sprzęt wojskowy

Ratownictwo medyczne:

- pierwsza pomoc, karetka pogotowia

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna:

- poradnictwo prozdrowotne
- alkogogle, narkogogle oraz IT gogle
- ekspozycja Piramidy Zdrowia
- pomiar ciśnienia tętniczego krwi
- pomiar pojemności wydechowej płuc przy użyciu pikfłometru
- quizy o zdrowiu z nagrodami
- walizka edukacyjna przedstawiająca skutki zażywania narkotyków

Oddział Rejonowy Polskiego Czerwonego Krzyża w Ciechanowie:

- pokazy pierwszej pomocy w urzędzeniach oraz stoisko profilaktyczne

Medyczna Szkoła Policealna:

- zabiegi pielęgnacyjne na twarz i ciało
- pokaz prawidłowej higieny jamy ustnej, nitkowanie, higiena protez
- masaż Shantalla dla niemowląt
- ćwiczenia korekcyjne przy wadach stóp

Narodowy Fundusz Zdrowia:

- stoisko promocyjne

Wody Polskie:

- konkursy dla dzieci
- animacje
- stoisko promocyjne

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna:

- animacje
- ćwiczenia gimnastyczne
- gry i zabawy
- poradnictwo oraz możliwość rozmowy z psychologiem

Grupa ARNICA:

- badania glukozy i kwasu moczowego
- edukacja prozdrowotna w zakresie chorób układu krążenia, chorób kręgosłupa, chorób onkologicznych
- konsultacje fizjoterapeutyczne
- pomiary ciśnienia tętniczego krwi

Centrum Medyczne ESCULAP:

- analiza składu ciała
- pomiar cholesterolu, kwasu moczowego i glikemii
- badania pomiaru ciśnienia
- konsultacje dietetyczne i fizjoterapeutyczne

Fundacja Regeneracja:

- stoisko promocyjne

Liceum Mundurowe FENIKS:

- stoisko promocyjne
- okulary VR imitujące skok ze spadochronem

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. I. Mościckiego w Ciechanowie:

- badanie glukozy
- ciśnienia tętniczego krwi
- poradnictwo
- pierwsza pomoc

Park Nauki Torus:

- stoisko promocyjne
- pokazy pod mikroskopem (badanie trawy , skóry, krwi)

Zakład Wodociągów i Kanalizacji:

- saturator
- stoisko promocyjne

Ciechanowski Ośrodek Edukacji Kulturalnej Studio:

- stoisko promocyjne

Biuro Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień w Ciechanowie:

- stoisko promocyjne

Szkoła Podstawowa Nr 7 z Oddziałami Integracyjnymi w Ciechanowie:

- pokaz robotów edukacyjnych

**DODATKOWO - STREFA AKTYWNOŚCI, ZABAWY, ANIMACJE DLA DZIECI, ALPAKI, CHODZĄCE
MASKOTKI - AGNES ART. (GODZ. 9.30-13.00)**