

SZÍVÜNK NAPJA 2015- PROGRAMTERV

A Magyar Kardiológusok Társasága és a Magyar Nemzeti Szívalapítvány minden évben szeptember utolsó vasárnapján, a Szívünk Napján hívja fel a figyelmet a szív és érrendszeri megbetegedések kiemelkedő gyakoriságára, a mindennapi életben is megvalósítható megelőzési módszerekre.

A Szív Világszövetsége (WHF) kezdeményezésére 2000 óta a világon mindenütt egyszerre rendezik meg a Szívünk Napját. A Világszövetség magyar tagjai - a Magyar Kardiológusok Társasága és a Magyar Nemzeti Szívalapítvány - az első évtől kezdve csatlakozott a felhíváshoz.

A szív és érrendszeri betegségek több áldozatot szednek Magyarországon, mint valamennyi más betegség, baleset és más halálok együttesen. A szív és érrendszeri betegségek jelentős része megelőzhető, elsősorban egészségesebb életmóddal. A Szívünk Napján az életmódváltást szeretnénk népszerűsíteni - több mozgást, a dohányzás elhagyását, egészségesebb táplálkozást - hitelesen, megalapozottan, közérthetően.

Kecskeméten immár 18-ik alkalommal rendezzük meg a Szívünk Napját, hagyományos a Főtéren.

A rendezvény lebonyolításában a Bács-Kiskun Megyei Kórház, a Magyar Nemzeti Szívalapítvány, a Bács-Kiskun Megyei Önkormányzat Kórházáért Alapítvány, a Szívbetegéért a Szívinfarktus Megelőzésére Alapítvány, a Bács-Kiskun Megyei Kormányhivatal Népegészségügyi Szakigazgatási Szerve, a Magyar Vöröskereszt Bács-Kiskun Megyei szervezete, az Ölelő Kéz Alapítvány, a Kezddj el élni Alapítvány közösen vesz részt.

A Szívünk Napja rendezvényén ingyenesen vehetők igénybe azok a szűrővizsgálatok, amelyek révén az emberek megtudhatják, hogy az adott pillanatban milyen állapotban is van szívük valójában. Az érdeklődők koleszterinszint, vércukorszint, vérnyomás, BMI, testzsír-százalék, háskörfogat mérésén, valamint obezitás vizsgálaton vehetnek részt. Az érdeklődők megtudhatják, hogy mit lehet, mit érdemes tenni az említett rizikófaktorok csökkentése érdekében.

A program 2015. szeptember 27-én, vasárnap 15 órától 18 óráig tart Kecskemét Főterén, melyre ezúton tisztelettel meghívjuk!

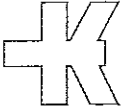
PROGRAMOK 2015. 09. 27. vasárnap délután 15.00 -tól

- Séta az egészségért
Végig a megújult Rákóczi úton a Főtérig - Gyülekezés és szűrési könyvecskék kiosztása a Rákóczi út Vasútkert felőli végénél 14:45-től.

A sétán résztvevők elsőként, soron kívül vehetnek részt a szűrővizsgálaton.

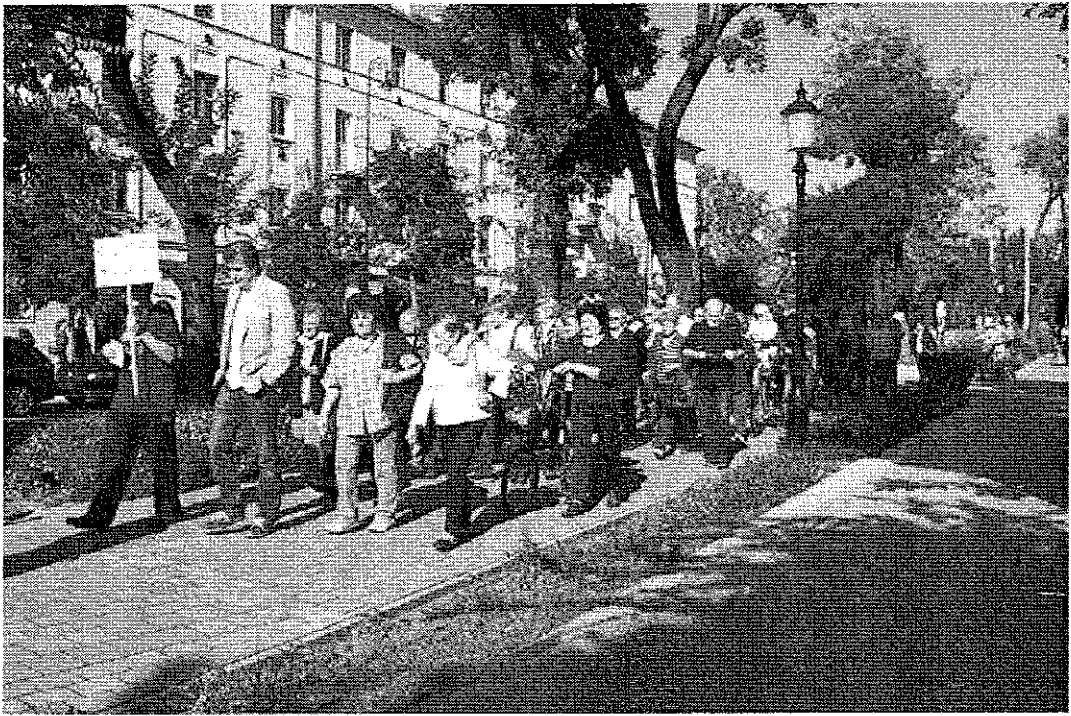
Kecskemét Főtere

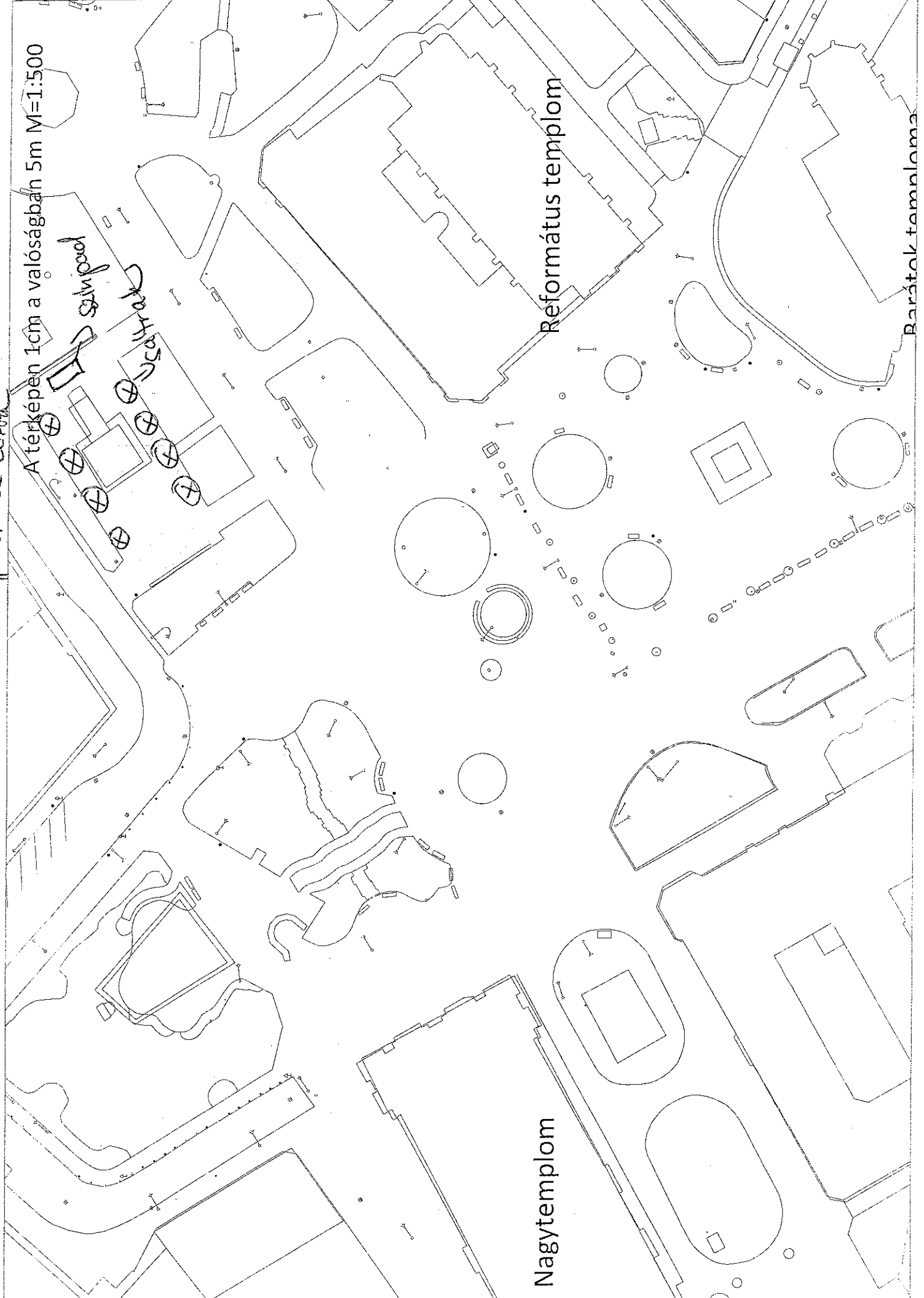
- Megnyitó -
Dr. Nagy András, Magyar Nemzeti Szívalapítvány



- Szűrővizsgálatok
Vérnyomás-, vércukor-, koleszterin-, testzsír- mérés, obezitás vizsgálat,
Egyéni szív és érrendszeri kockázat meghatározás,
- "Egészségesen finom" - étrendi tanácsadás - *Hohn Edit* dietetikus és munkatársai
- Újraélesztés oktatás - *Dr. Szabó István*, Bács-Kiskun Megyei Kórház Sürgősségi Osztály és munkatársai
- Szív kincsesláda - óvodai program - *Ambrus Gyöngyi*
- "Gyermekkuckó" - *Vöröskereszt*
- grandUP fitness-, táncbemutató
- Közös torna - *Turcsányi Zselyke* gyógytornász
- Salsa táncbemutató és közös tánc a Dolce-Dance tánciskolával

Kecskemét, 2015 augusztus 27



"Tér a tén" 

A térképen 1cm a valóságban 5m M=1:500

Szűcs

Szűcs

Nagytemplom

Református templom

Barátok temploma