

Budme akční pre zdravšiu budúcnosť

3. ročník

Slovenského dňa obezity

pod záštitou Ministerstva zdravotníctva SR, Úradu verejného zdravotníctva a primátorov jednotlivých miest

Podujatie sa koná v 5 slovenských mestách

Termín podujatia: sobota 19. máj 2018, od 10. - 14.00 hod.

Bratislava - Nádvorie Primaciálneho paláca

Banská Bystrica - Námestie SNP, (nad fontánou v hornej časti námestia)

Košice - Hlavná ulica, Dolná brána

Martin - Pred OC Galéria, Nám SNP 2

Nitra - Park na Sihoti, (pred reštauráciou Starý biskupský hostinec)

Cieľom podujatia je upozorniť na vnímanie obezity ako chronického ochorenia, nie ako estetického problému, zvýšiť záujem verejnosti o prevenciu a liečbu obezity.

Obezita patrí do rúk lekára! Nebojme sa vyhľadať pomoc!

PROGRAM:

1. Meranie BMI
2. Komplexná analýza ľudského tela na profesionálnom analyzátore Inbody – meranie hmotnosti, % telesného tuku, obsahu vody v tele, objemu svalovej hmoty
3. Vyšetrenie srdcovo-cievnych rizikových faktorov: hladina cukru, cholesterolu, hodnoty krvného tlaku, obvodu pása
4. „Zdravý“ jedálny lístok – konzultácie s odborníkmi
5. Športové aktivity zamerané na optimalizáciu telesnej hmotnosti, konzultácie v oblasti vhodných pohybových aktivít - ich frekvencie a intenzity zaťaženia
6. Konzultácia a zhodnotenie rizikových faktorov rozvoja ochorení pridružených k obezite lekármi odborníkmi na liečbu obezity