

**XII Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia  
TYDZIEŃ ZINTEGROWANEJ PROFILAKTYKI**

Harmonogram wydarzeń

**17 września**

**10:00 – 14:00** Konsultacje fizjoterapeuty / Zniżka 50% / Zapisy

Organizator: Centrum Medyczne VenoMedica

Miejsce: ul. Zakładowa 14a, 50-231 Wrocław

Zapisy: telefonicznie na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia, tel. +48 71 73 73 800,  
kom. +48 530 551 333

**14:00-14:30** Wykład dietetyka: „Dieta w budowaniu odporności na sezon jesienno-zimowy” /  
Bezpłatne / Zapisy

**14:30-16:00** Elektroniczna analiza składu ciała z omówieniem dietetyka, Bezpłatne / Zapisy  
Dla uczestników rabat 15% na jednorazowy zakup dowolnych usług dietetycznych.

Organizator: Wrocławskie Centrum SPA

Miejsce: ul. Teatralna 10-12

Zapisy: osobiście (II piętro, pokój 202), telefonicznie lub mailowo na hasło: Wrocławskie Dni  
Promocji Zdrowia, tel. 71 348 80 57, e-mail: odnowa@spa.wroc.pl

**16:00 – 18:00** Konsultacje chirurga onkologa / Zniżka 50% / Zapisy

Organizator: Centrum Medyczne VenoMedica

Miejsce: ul. Zakładowa 14a, 50-231 Wrocław

Zapisy: telefonicznie na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia, tel. +48 71 73 73 800,  
kom. +48 530 551 333

**18 września**

**9:00 – 17:00** Konsultacja kardiologa z EKG i USG serca / Zniżka 50% / Zapisy

**10:00 – 14:00** Konsultacja chirurga naczyniowego z USG Doppler / Zniżka 50% / Zapisy

**15:00 – 17:00** Konsultacja chirurga ogólnego z badaniem fizykalnym lub USG Doppler /  
Zniżka 50% / Zapisy

Organizator: Centrum Medyczne VenoMedica

Miejsce: ul. Zakładowa 14a, 50-231 Wrocław

Zapisy: telefonicznie na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia, tel. +48 71 73 73 800,  
kom. +48 530 551 333

**17:30-18:30** Konsultacje ortopedy / Bezpłatne / Zapisy

Dla uczestników rabat 15% na jednorazowy zakup dowolnych usług rehabilitacyjnych.

Organizator: Wrocławskie Centrum SPA

Miejsce: ul. Teatralna 10-12

Zapisy: osobiście (II piętro, pokój 202), telefonicznie lub mailowo na hasło: Wrocławskie Dni

Promocji Zdrowia, tel. 71 348 80 57, e-mail: [odnowa@spa.wroc.pl](mailto:odnowa@spa.wroc.pl)

## **19 września**

**13:00-13:30** Wykład fizjoterapeuty: „Borowina – „czarne złoto” fizjoterapii uzdrowiskowej” /  
Bezpłatne / Zapisy

**13:30-15:00** Pokazy zabiegów: okład borowinowy na dłonie i okład fango na plecy  
/Bezpłatne / Zapisy

Dla uczestników rabat 15% na jednorazowy zakup dowolnych usług rehabilitacyjnych.

Organizator: Wrocławskie Centrum SPA

Miejsce: ul. Teatralna 10-12

Zapisy: osobiście (II piętro, pokój 202), telefonicznie lub mailowo na hasło: Wrocławskie Dni

Promocji Zdrowia, tel. 71 348 80 57, e-mail: [odnowa@spa.wroc.pl](mailto:odnowa@spa.wroc.pl)

## **20 września**

**12:00-12:30** Wykład trenera personalnego: „Siłownia dla seniora, czyli dlaczego na trening  
nigdy nie jest za późno” / Bezpłatne / Zapisy

**12:30-13:30** Trening obwodowy dla uczestników 60+ / Bezpłatne/ Zapisy

Dla uczestników 60 minutowy pobyt w strefie odnowy biologicznej przy siłowni (basenik z  
hydromasażem, sauny, strefa relaksu).

Organizator: Wrocławskie Centrum SPA

Miejsce: ul. Teatralna 10-12

Zapisy: osobiście (II piętro, pokój 202), telefonicznie lub mailowo na hasło: Wrocławskie Dni

Promocji Zdrowia, tel. 71 348 80 57, e-mail: [odnowa@spa.wroc.pl](mailto:odnowa@spa.wroc.pl)

## **21 września**

**15.00 - 19.00 Mobilne stoisko medyczne we Wrocławskim Centrum Rozwoju  
Społecznego / Bezpłatne**

- pomiary glukozy i cholesterolu we krwi,
- analiza BMI i składu ciała,
- pomiary ciśnienia tętniczego,
- badania wzroku,
- zapisy na bezpłatne badania gęstości kości wykonywane w CM Synexus

Osoby, których poziom cukru będzie niepokojący, bądź osoby po zdarzeniach

kardiologicznych będą mogły zapisać się na bezpłatne badania laboratoryjne do ośrodka Synexus, takie jak: lipidogram, morfologia, kreatynina, szczepienia przeciwko bakteriom zakażeń szpitalnych i pneumokokom oraz konsultacje medyczne u dermatologa i reumatologa.

Organizator: Centrum Medyczne Synexus

Miejsce: Wrocławskie Centrum Rozwoju Społecznego, pl. Dominikański 6, II Piętro, sala 210

Zapisy: brak konieczności wcześniejszych zapisów, udział w badaniach na hasło:

Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia

**16:30 – 18:00** Konsultacje trychologiczne z dermatoskopią skóry głowy / Zniżka 50% / Zapisy

Organizator: Centrum Medyczne VenoMedica

Miejsce: ul. Zakładowa 14a, 50-231 Wrocław

Zapisy: telefonicznie na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia, tel. +48 71 73 73 800, kom. +48 530 551 333

## **24 września**

**16:00 – 18:00** Konsultacje chirurga onkologa / Zniżka 50% / Zapisy

**10:00 – 14:00** Konsultacje fizjoterapeuty / Zniżka 50% / Zapisy

Organizator: Centrum Medyczne VenoMedica

Miejsce: ul. Zakładowa 14a, 50-231 Wrocław

Zapisy: telefonicznie na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia, tel. +48 71 73 73 800, kom. +48 530 551 333

## **25 września**

**9:00 – 17:00** Konsultacje kardiologa z EKG i USG serca / Zniżka 50% / Zapisy

**10:00 – 14:00** Konsultacje chirurga naczyniowego z USG Doppler / Zniżka 50% / Zapisy

**15:00 – 17:00** Konsultacje chirurga ogólnego z badaniem fizykalnym lub USG Doppler / Zniżka 50% / Zapisy

Organizator: Centrum Medyczne VenoMedica

Miejsce: ul. Zakładowa 14a, 50-231 Wrocław

Zapisy: telefonicznie na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia, tel. +48 71 73 73 800, kom. +48 530 551 333

## **27 września**

**15.00 - 18.00** Konsultacje dietetyka z analizą składu ciała / **Bezpłatnie** / Zapisy

Konsultacje obejmować będą:

- szczegółowy wywiad żywieniowy, w celu identyfikacji nawyków żywieniowych i skorygowania ewentualnych błędów,

- analizę składu ciała, dzięki której pacjent pozna m.in. zawartość tkanki mięśniowej i tłuszczowej oraz stopień nawodnienia organizmu,
- voucher zniżkowy na pierwszą wizytę w poradni, który możesz wykorzystać osobiście lub podarować komuś bliskiemu.

Organizator: Sylwia Rutkowska Dobry Dietetyk

Miejsce: ul. Ziemowita 1-9

Zapisy: telefonicznie lub mailowo na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia

tel. 883 206 822, e-mail: [s.rutkowska@dobrydietetyk.pl](mailto:s.rutkowska@dobrydietetyk.pl)

### **Ponadto w terminie: 17 - 29 września:**

#### **Bezpłatne badanie poziomu żelaza we krwi**

#### **50% zniżki na pakiety badań: Zdrowe nogi, Pakiet Kardiologiczny, Pakiet Tarczycowy**

Organizator: Laboratorium medyczne DIALAB

Miejsce: ul. Życzliwa 15, ul. Włta Stwosza 16, ul. Bacha 13, ul. Kamiennogórska 10, ul.

Zwycięska 14 CA/a

Zapisy: brak konieczności wcześniejszych zapisów, **do skorzystania z badań upoważnić będzie okazanie grafiki lub wydruku harmonogramu Tygodnia Zintegrowanej Profilaktyki**

Szczegółowe dane kontaktowe do laboratoriów: [dialab.pl](http://dialab.pl)

#### **50% zniżki na pierwszą konsultację dietetyczną**

Organizator: NUTRI-MED Centrum Dietetyczne

Miejsce: ul. Oławska 27-29, ul. Krzycka 2

Zapisy: telefonicznie lub mailowo na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia,

tel. 71 79 78 990 lub e-mail: [rejestracja@nutri-med.pl](mailto:rejestracja@nutri-med.pl) .

#### **20% zniżki na badania profilaktyczne:**

- USG piersi
- cytologię
- cytologię z wizytą u ginekologa
- badanie na obecność HPV
- badanie znamion dermatoskopem
- przegląd stomatologiczny
- higienizację dla dzieci i dorosłych

Organizator: Centrum Medyczne Mediconcept

Miejsce: ul. Krzycka 94

Zapisy: telefonicznie lub osobiście na hasło: Wrocławskie Dni Promocji Zdrowia,

tel. 71 362 86 41