

**Zdravé město Strakonice, Mateřské centrum Beruška o.s.,  
a Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR**

**ve spolupráci s dalšími partnery**

Vás zvou na

# Loučení s prázdninami Sbal prázdniny do stanu!

30. srpna 2008 od 14 hodin, areál pod Hvězdou

Den zdraví s VZP

Rekord v počtu stanů

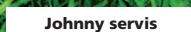
Zdraví, osvěta, poradna

Hry a zajímavé aktivity

## Organizátoři akce:



## Sponzoři akce:



## Partneři akce:

Junák, Český Červený Kříž, Občanské sdružení PREVENT, Policie České republiky, Hasičský záchranný sbor Jihočeského kraje, Armáda České republiky – 25.plrb Strakonice, Centrum pro změnu životního stylu MUDr. Chvalové, Čajovna Inspirace, Ječmínek – prodejna zdravých potravin, Státní zdravotní ústav se sídlem v Českých Budějovicích.

# PROGRAM

## **Mateřské centrum Beruška**

- pomozte nám ustanovit nový český rekord v počtu postavených stanů na jednom místě, přineste a postavte si svůj stan
- soutěžíme o nejstarší a nejkurióznější stan, třeba to bude ten Váš
- pro děti máme atrakci dětský skákací hrad
- překvapí Vás hry Kouzelného brčka

## **Všeobecná zdravotní pojišťovna – Den zdraví s VZP - pro pojištěnce VZP ČR**

- změříme Vám cholesterol a krevní tlak, poradíme, jak hodnoty zlepšit
- za toto změření máme pro Vás dárek
- nezapomeňte si vzít s sebou průkazku zdravotní pojišťovny

## **Centrum pro změnu životního stylu MUDr. Chvalové**

- změříme Vám % tuku (podkožní i vnitřní), množství svalové hmoty, rychlost metabolismu, stav minerálů v těle, vápníku v kostech a % vody v těle
- to vše za pomoci tzv. analyzátoru, přístroje ke zjišťování stavu kostní, svalové a tukové tkáně

## **Prevent o.s.**

- podáme Vám informace o činnosti zařízení na pomoc drogově závislým a jejich nejbližším
- poradíme, jak máte postupovat při nalezení injekční stříkačky, jaké jsou drogy a jejich účinky, jak závislost správně léčit a jak jí rozpoznat ve svém blízkém okolí
- pod stanem Vám promítneme film „Jeden svět na školách“ ( výpovědi uživatelů z různých pohledů)

## **ČCK**

- připravili jsme si pro Vás ukázky první pomoci, kterou si můžete na místě i vyzkoušet
- přeměříme Vám hodnoty krevního tlaku
- zveme děti na naše soutěže

## **Junák**

- vyzkoušíte si, jaké je sjíždět Otavu na raftu
- prověříte si fyzickou na lezecké síti
- přijďte ochutnat pravý skautský bramborový guláš z kotle
- zveme děti na naše různé hry a soutěže

## **Čajovna pod stanem**

- navštívte náš stan čajový pro den pohodový

## **Zdravá výživa - Ječmínek**

- ochutnejte, že co je zdravé, může být i dobré
- ochutnávka a prodej výrobků zdravé výživy a biopotravin

## **Koně**

- poznejte s námi krásu koní a uvěříte, že nejhezčí pohled na svět je z koňského hřbetu

## **DJ David Solar**

- nejen dětem je určená dětská diskotéka
- zahrají Vám na přání

## **Policie České republiky**

- poznejte a prohlédněte si naše dopravní policejní vozidlo
- pojďte si s námi hrát soutěže s dopravní tematikou, Vaše cesta do školy bude bezpečnější

## **Hasičský záchranný sbor Strakonice**

- předvedeme Vám ukázky záchranných akcí, vyprošťování zraněných osob z havarovaného vozidla

## **Velká tipovací soutěž Zdravého města Strakonice, MC Berušky a VZP ČR**

V souvislosti s pokusem o rekord je připravena tipovací soutěž o hodnotné ceny. Tipovat můžete on-line na stránkách [www.zdravemesto.strakonice.eu](http://www.zdravemesto.strakonice.eu) nebo odevzdáním tipovacího lístku na vybraných místech.

**Program je připraven pro všechny zdarma.**

**Den zdraví s VZP, je určen pro pojištěnce VZP ČR.**