

PROGRAM

NA SCENIE...

- g. 12.00 – powitanie uczestników festynu, informacja o programie
- g. 12.05 – „Ciotka Tekla i przyjaciele” – program artystyczny dla dzieci
- g. 13.20 – Pokazy różnych form rekreacji: fitness, karate, taekwondo, judo, aikido
- g. 13.40 – Cyrk na wesoło
- g. 14.00 – koncert zespołu muzycznego HORYZONTY – pop
- g. 14.40 – Pokazy różnych form rekreacji c.d.
- g. 15.00 – Cyrk na wesoło
- g. 15.20 – koncert zespołu muzycznego HORYZONTY – pop
- g. 16.00 – Pokazy różnych form rekreacji c.d.
- g. 16.30 – Cyrk na wesoło
- g. 17.00 – Majka Jeżowska

W PLENERZE...

- g. 12.00 - 18.00
 - konkurencje rekreacyjne dla dzieci, młodzieży i dorosłych
 - test sprawności fizycznej
 - pneumatyczny plac zabaw, zjeżdżalnia, batut, gigantyczne piłkarzyki, basen z piłeczkami, krokodyl polykacz
 - ścianka wspinaczkowa, Zorbing,
 - przejażdżki na kucykach
 - kajakarstwo, szermierka, ergometry wiosłarskie, tenis stołowy, szachy, mini tenis
 - turnieje badmintona i piłki siatkowej

Europejski Kodeks Walki z Rakiem MIASTECZKO ZDROWIA

- **Centrum Onkologii Instytut im. Marii Skłodowskiej Curie – Kodeks Walki z Rakiem** – Ogólnopolska Telefoniczna Poradnia Pomocy Palącym, porady jak rzucić palenie, badania dermatoskopem (profilaktyka czerniaka skóry), debata publiczna o zdrowiu z udziałem profesora dr hab. med. Witolda Zatońskiego, docenta dr hab. med. Zbigniewa Noweckiego, mgr Magdaleny Cedzyńskiej i mgr Kingi Janik - Koncewicz
- **Klinika IBIS** – badania mammograficzne
- **Stowarzyszenie Amazonek – Bielany, Akademia Walki z Rakiem, Kwiat Kobiecości**
- **SPZZLO – Żoliborz** – porady dietetyczne, badania profilaktyczne: pomiar tkanki tłuszczowej i cukru spirometria, kącik dla najmłodszych
- **Stowarzyszenie Promocja Zdrowia Ochota** – badania profilaktyczne: pomiar cukru, cholesterolu, edukacja zdrowotna + Galeria Smaków
- **Centrum Medyczne Osteomed – pomiar gęstości kości**
- **Stowarzyszenie Zdrowie i My** – badania podstawowych wskaźników stanu zdrowia, pomiar ciśnienia, pomiar cholesterolu i glukozy w surowicy krwi, pomiar tlenu węgla w płucach palacza, indywidualna ocena zagrożenia chorobami układu krążenia, porady zdrowego stylu życia: żywieniowe, antytytoniowe itp.
- **WIP Artim sp. z o.o. „Zdrowa Rodzina”** – gotowanie dobre dla zdrowia, analiza tkanki tłuszczowej i masy ciała - **Sent Point**, porady kardiologów, diabetologów, porady w zakresie zaburzeń koncentracji i zapamiętywania oraz zwalniania bólu i podnoszenia odporności – **Gromada Medica sp. z o.o.**, mierzenie ciśnienia - **POLFA**
- **Stowarzyszenie Wolontariusze Wobec AIDS Bądź z Nami** – edukacja zdrowotna
- **Powiatowa Stacja Sanitarno Epidemiologiczna Warszawa** – edukacja
- **Fundacja Pożywienie Darem Serca**: bezpłatny, wegetariański bar VEGA
- **Wiem co jem** – porady dietetyka
- **PCK** – pokazy i nauka udzielania pierwszej pomocy
- **Krajowe Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa** – pobór krwi w godz. 12.00-15.00