

WNIOSEK

dla zainteresowanych uczestnictwem w Programie Profilaktycznym „SENIOR Z WIGOREM”

1. Imię.....
2. Nazwisko.....
3. Płeć (proszę zaznaczyć X w prawidłowej kratce):
Mężczyzna Kobieta
4. Wieklat
5. Masa ciałakg
6. Wzrostcm
7. Adres zamieszkania:
.....
.....
8. Telefon kontaktowy:
9. Aktywność zawodowa (proszę zaznaczyć X w prawidłowej kratce):
Aktywny zawodowo Emeryt Rencista Bezrobotny
10. Schorzenia (proszę zaznaczyć X w prawidłowej kratce):
 nadciśnienie tętnicze
 dyslipidemia
 choroba wieńcowa
 miażdżyca
 niewydolność krążenia
 dna moczanowa
 cukrzyca typu 2
 otyłość
 nadwaga
 inne (proszę wpisać jakie)
11. Stwierdzona nieprawidłowość w badaniach dodatkowych (proszę zaznaczyć X w prawidłowej kratce):
 podwyższony poziom cukru we krwi
 podwyższony cholesterol
 inne zaburzenia lipidowe
 podwyższony poziom kwasu moczowego
 inne nieprawidłowości (napisz jakie).....

PROGRAM PROFILAKTYCZNY „SENIOR Z WIGOREM” skierowany dla osób 60+ zamieszkujących miasto Świętochłowice. Edycja II ukierunkowana jest na aktywną jesień życia.

Program realizowany będzie przez Zespół Opieki Zdrowotnej w Świętochłowicach sp. z o. o. przy ul. Chorzowskiej 38 od lutego do listopada 2016 r. Program finansowany będzie przez miasto Świętochłowice i Zespół Opieki Zdrowotnej w Świętochłowicach sp. z o. o., **dla uczestnika program będzie bezpłatny.** Programem będzie objętych ok. 60 uczestników, podzielonych na max. 12 osobowe grupy.

Każdy uczestnik w ramach programu otrzyma:

- ✓ indywidualną poradę dietetyka wraz z ogólnymi zaleceniami i przykładową dietą,
- ✓ analizę składu ciała metodą bioimpedancji elektrycznej (m.in. pomiar zawartości tk. tłuszczowej, mięśniowej, wody, oraz wiek metaboliczny)
- ✓ badania laboratoryjne mające na celu wczesne wykrycie lub monitorowanie chorób metabolicznych zlecone dla każdego uczestnika indywidualnie (m.in. cholesterol całkowity, LDL, HDL, morfologia, kwas moczowy, CRP itp.),
- ✓ pomiary glukozy we krwi,
- ✓ pomiary ciśnienia tętniczego krwi,
- ✓ 6 tygodni zajęć w maksymalnie 12 osobowych grupach ze specjalistami z zakresu: fizjoterapii, terapii zajęciowej (m.in. muzykoterapia, filmoterapia, arteterapia, biblioterapia), psychologii, , dietetyki (zajęcia od poniedziałku do piątku w godz. od 10.00-15.00),
- ✓ materiały edukacyjne w formie broszur, folderów,
- ✓ Jeden posiłek w przerwie między zajęciami.

ZAINTERESOWANY??

Wypełnij wniosek na odwrocie i oddaj go w instytucji, w której go otrzymałeś we wskazanym do tego miejscu lub bezpośrednio w sekretariacie Zespołu Opieki Zdrowotnej w Świętochłowicach sp. z o. o.

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc skontaktujemy się tylko z wybranymi osobami, o ostatecznej kwalifikacji do programu decydował będzie lekarz.

W razie pytań zadzwoń:

sekretariat Zespołu Opieki Zdrowotnej w Świętochłowicach sp. z o. o. - 32/2 453 440, 32/6 219 535