



Zveme Vás na

zdravofest

, který pořádá Střední zdravotnická škola Karviná, p. o.

30. 4. 2026 9:00 – 17:00

Univerzitní náměstí Karviná

VSTUP ZDARMA



Orientační vyšetření zdraví

- měření krevního tlaku a pulsu
- měření saturace kyslíku
- stanovení hladiny cukru a cholesterolu z kapilární krve
- měření hydratace pleti



Pojízdná oční ambulance

- vyšetření zraku na optotypu
- vyšetření nitroočního tlaku a refrakce
- vyšetření na štěrbinové lampě lékařem
- doporučení k dalšímu vyšetření v MSK očním centru



Prevence onemocnění

- edukace v oblasti samovyšetření prsu a varlat
- prevence kardiovaskulárních onemocnění
- zásady zdravého stravování
- edukační kvíz – vitamíny a cukry v potravinách



První pomoc

- nácvik kardiopulmonální resuscitace (KPR)
- správný postup při volání ZZS
- řešení modelových krizových situací
- ukázky základních postupů první pomoci



Dentální hygiena

- instruktáž správné péče o chrup
- prevence zubního kazu a onemocnění dásní
- ukázky správné techniky čištění zubů
- doporučení pomůcek pro dentální hygienu



Program pro děti

- pohybové a koordinační aktivity
- balanční a překážkové úkoly
- hry na koordinaci rukou
- drobné dárky pro děti

Na programu se podílí také Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR, která nabídne preventivní aktivity, informace o benefitech a pomoc s aplikací Moje VZP.

Partneři akce

Pořadatel



MORAVSKOSLEZSKÁ
NEMOCNICE
KARVINÁ-RÁJ



Moravskoslezský
kraj



SZŠ
KARVINÁ