



Día de la Salud para la Victoria

30 de septiembre de 2023 en el parque Zamarstinivsky (Lviv, calle Ivana Mazepy, 1A)
programa:

	Apertura de la Ceremonia			
10: 00 10: 30	Actividades	Conferencias - conversaciones	Bloque para niños	Entrenamiento con atención pre-médica (para adultos y niños)
10:30 11:00	Caminatas y Senderismo (paseos /caminatas saludables)			
11:00 11:30		Senderismo o caminatas nórdicas - Prof. Andriy Bazylevych		La Reanimación básica - Soporte Vital Básico (BLS)
11:30 12:00	Caminata nórdica— el ganador del premio del campeonato Europa Iryna Oliynyk	Comer para no enfermarse. Lo simplemente sobre lo complicado —Natalia Timko.		
12:00 12:30	Senderismo (caminatas saludables)- Prof. Andriy Bazylevych	Prevención desordenes mentales - Meron Ostrovsky	Carrera para niños hasta 8 años - 100 m	Métodos como parar sangrado crítico
12:30 13:00	Caminata nordica— el ganador del premio del campeonato Europa Iryna Oliynyk	Calorías y hormonas: ¿cómo perder peso? — Dra. Natalya Kapshitar	Carrera para niños de 8 a 14 años - 400 m	
13:00 13:30	Senderismo (caminata saludable) - Prof. Andriy Bazylevych	Higiene bucal en preservación de la salud y Presupuesto familiar - Volodymyr Sinytsia	Muestra de carate niños del club "Kyokushynkay" Presidente del club - Alejandro Korol	La Reanimación básica - Soporte Vital Básico (BLS)
13:30 14:00	Caminata nórdica— el ganador del premio del campeonato Europa Iryna Oliynyk	Dónde encontrar especialistas tratamiento Trastornos mentales - Orest Syvalo	Entrega de premios a los ganadores de la carrera	
14:00 14:30	Senderismo (caminata saludable) - Prof. Andriy Bazylevych	Beber o no beber? La conversación no se trata sólo de agua - Mariana Sluzhynská	Muestra de clase con saltando	Métodos como parar sangrado crítico
14:30 15:00	Lotería/sorteo entre los participantes del Día de la Salud para la victoria	¿Cómo recuperar el sueño? - terapeuta del sueño Oksana Voloshyna		
15:00	Final del Evento			

Durante el evento otras opciones :
- Feria benéfica, patio de comidas, gulash/estofado (fondos para las necesidades médi-
cas de las Fuerzas Armadas de Ucrania).
- Clases magistrales de dibujo, preparación de velas, coloración de bolsas ecológicas,
armado de figuras de yeso y de madera.

- Espacios de salud:
- medición: presión arterial, pulso, índice de masa corporal, azúcar en sangre.
 - saturación, colesterol total.
 - identificación de factores de riesgo cardiovascular
 - ECG + consulta con cardiólogo
 - salud mental (pruebas psicológicas)
 - consulta de un endocrinólogo.



Quédate a la
vanguardia
De tu corazón

regístrate surl.li/ljszcz

