



INFORMATION OM HÄLSANS DAG

Lördagen den 13 september kommer vi att vara i Centrumkyrkan i Tumba där du träffar flera föreningar:

- Hjärt-Lung Botkyrka-Salem
- Hörselföreningen i Botkyrka-Salem
- Synskadades förening i Botkyrka-Salem
- DHR i Botkyrka-Salem
- Friluftsförbundet Botkyrka lokalförening.

Vi på Hjärt-Lung är huvudansvariga och kommer att samarbeta med de andra föreningarna. Du får möjlighet att testa din egen hälsa och prova på att ha olika handikapp.

Det kommer att vara föreläsningar, sång av en barnkör från Björkhagaskolan och HjärtLungs Länsförenings egen kör. Du får prova på hjärtLungräddning, titta på vår hjärtstarter mm. Kaffeservering med goda smörgåsar finns till försäljning.

Vi kommer att annonsera om Hälsan dag i tidningen Södra sidan samt sätta upp affischer i Salem så håll ögonen öppna. Vi hoppas också att få ett reportage i tidningen Södra sidan ca 14 dagar innan evenemanget börjar.

Planerade föreläsningar: av HjärtLung och Synskadades förening:



HjärtLung:

Karin Schenck-Gustafsson (bilden) är professor och överläkare i kardiologi på Karolinska universitetssjukhuset. Hon är också chef för Centrum för genusmedicin vid Karolinska institutet. Hon har skrivit boken Det brustna kvinnohjärtat (Prisma). Här svarar hon på våra frågor om brustet-hjärta-syndromet:

Synskadades förening:

(Föredragshållare ej fastställd)

Föreningarna kommer att på olika sätt ge dig möjlighet att testa och utvärdera din hälsa.

Du köper ett kort för endast **50 kronor** och kan sedan besöka samtliga teststationer för att få din hälsa testad.

Personal från Karolinska Sjukhuset kommer att finnas på plats och hjälpa dig med att utvärdera testprotokollet.

Testa din hälsa för 50 kronor:

11.00 - 15.00 Du får ett protokoll på genomförda tester.

- Ta ditt blodtryck
- Kolla ditt sockervärde (diabetes)
- Prova på hjärtlungräddning
- Prova på hur det är att ha nedsatt syn
- Prova hur det är med din hörsel
- "Göra" din egen talgball