

## Akcja Zdrowie pod Kontrolą 2025

W sobotę 22 listopada, w Galerii Echo odbyła się kolejna edycja akcji prozdrowotnej „Zdrowie pod Kontrolą”, organizowanej przez członków Międzynarodowego Stowarzyszenia Studentów Medycyny IFMSA-Poland Oddział Kielce. W godzinach 10:00 - 18:00 mieszkańcy mogli skorzystać z szerokiej gamy bezpłatnych badań profilaktycznych, konsultacji oraz atrakcji edukacyjnych przygotowanych przez studentów kierunków medycznych.

Wśród licznych stanowisk - obejmujących m.in. pomiar glikemii, spirometrię, EKG, pokazy pierwszej pomocy, naukę samobadania piersi, szybkie testy w kierunku chorób zakaźnych czy profilaktykę słuchu - szczególnym zainteresowaniem cieszyło się stanowisko dietetyczne.

Studenci dietetyki, pracujący pod opieką dr Kamili Sobaś, przeprowadzali analizę składu ciała oraz udzielali indywidualnych konsultacji żywieniowych. Uczestnicy wydarzenia mogli poznać m.in. poziom tkanki tłuszczowej, zawartość masy mięśniowej, wskaźnik nawodnienia organizmu czy zapotrzebowanie energetyczne. Na podstawie wyników studenci udzielali praktycznych wskazówek dotyczących zdrowego odżywiania, planowania posiłków i kształtowania korzystnych nawyków żywieniowych.

Wydarzenie stworzyło mieszkańcom niepowtarzalną okazję, aby w przyjaznej atmosferze zadbać o swoje zdrowie, zasięgnąć specjalistycznych porad i poszerzyć wiedzę z zakresu profilaktyki chorób cywilizacyjnych. Akcja spotkała się zainteresowaniem i pozytywnym odbiorem odwiedzających.



