

Mazowiecki Oddział Wojewódzki NFZ Delegatura w Ciechanowie

oraz

Starostwo Powiatowe w Ciechanowie

## ZAPRASZAJĄ

do udziału w spotkaniu profilaktyczno-zdrowotnym

# Dzień Zdrowych Kobiet

11 marca 2023 r. (sobota)

w godzinach 9.00-17.00

Starostwo Powiatowe w Ciechanowie ul. 17 Stycznia 7

Oferujemy **bezpłatny dostęp do badań** wykonywanych w:

- **dermobusie** (profilaktyka raka skóry) – badanie dermatoskopem pozwala ocenić znamiona barwinkowe, potocznie zwane pieprzykami,
- **osteobusie** (profilaktyka osteoporozy) – densytometria pozwala ocenić gęstość kości za pomocą aparatu rentgenowskiego.

Ponadto:

- instruktaż samobadania piersi,
- pomiary: PEF (szczytowy przepływ wydechowy), wskaźnik masy ciała (BMI), poziomu glukozy we krwi, ciśnienia tętniczego i tętna,
- możliwość wyrobienia Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ) i potwierdzenia Profilu Zaufanego,
- informacje nt. programów profilaktycznych,
- informacje na temat: pracy na emeryturze, mLegitymacji, przeliczania emerytur, świadczeń dla rodzin, dofinansowania do żłobków.