

# Zadbaj o zdrowie: Bezpłatne badania kości i wsparcie w rzucaniu palenia

01-07-2026



**6 LIPCA 2026 r.**

**10:00–17:00**



**DZIENNY DOM SENIOR+**

Budynek Dziennego Domu Senior Plus w Dzierżoniowie  
ul. Świdnicka 35  
58-200 Dzierżoniów



Odbędą się bezpłatne badania w kierunku osteoporozy realizowane w mobilnym punkcie diagnostycznym – osteobusie.

Badania wykonywane są w ramach „Programu polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki i wczesnego wykrywania osteoporozy wśród mieszkańców Województwa Dolnośląskiego”.

## **BADANIA SKIEROWANE SĄ DO:**



- kobiet w wieku powyżej 50 lat bez dodatkowych czynników ryzyka



- kobiet w wieku 40–49 lat z co najmniej jednym czynnikiem ryzyka



Badanie jest **bezbolesne i nieinwazyjne**, wykonywane przy użyciu densytometru w osteobusie,

Grafika: UMWD

**Mieszkańcy Dzierżoniowa będą mieli wyjątkową okazję, by bezpłatnie, szybko i bez skierowania skontrolować stan swoich kości oraz skorzystać z profesjonalnego poradnictwa antynikotynowego. Już w najbliższy poniedziałek, 6 lipca, pod Centrum Seniora zaparkuje specjalistyczny osteobus.**

Działania profilaktyczne realizowane są w ramach dolnośląskich programów polityki zdrowotnej. Wszystkie badania i konsultacje są całkowicie darmowe. Osteoporoza bywa nazywana „złodziejem kości”, ponieważ przez długi czas rozwija się bezobjawowo. Najlepszym sposobem na jej wczesne wykrycie jest densytometria (badanie gęstości kości).

W poniedziałek, 6 lipca 2026 r., w godzinach 10:00–17:00, przed budynkiem Centrum Seniora w Dzierżoniowie (ul. Świdnicka 35) stanie mobilny punkt diagnostyczny. Badanie jest całkowicie bezbolesne, nieinwazyjne, a wynik wraz z opisem pacjent otrzyma bezpośrednio po jego zakończeniu.

**Do kogo skierowany jest program?**

Z bezpłatnej diagnostyki mogą skorzystać mieszkańcy Województwa Dolnośląskiego, którzy spełniają następujące kryteria wiekowe:

Kobiety:

- w wieku powyżej 50 lat (bez dodatkowych czynników ryzyka),
- w wieku 40–49 lat (posiadające co najmniej jeden czynnik ryzyka).

Mężczyźni:

- w wieku powyżej 65 lat (bez dodatkowych czynników ryzyka),
- w wieku 50–64 lat (posiadający co najmniej jeden czynnik ryzyka).

## **Chcesz rzucić palenie? Skorzystaj ze wsparcia i odbierz upominek**

To nie koniec prozdrowotnych działań tego dnia. Równoległe na miejscu realizowany będzie program profilaktyki uzależnienia od tytoniu (nikotyny). Każdy, kto chce zawalczyć o zdrowsze płuca i wolność od nałogu, będzie mógł skorzystać z profesjonalnego wsparcia psychologicznego oraz poradnictwa w zakresie rzucania palenia. Co ważne – za udział w konsultacji i podjęcie kroku ku zdrowiu, uczestnicy otrzymają kartę podarunkową do drogerii.

### **Ważne informacje w pigułce:**

- Kiedy: 6 lipca 2026 r. (poniedziałek), godz. 10:00–17:00
- Gdzie: Przed budynkiem Centrum Seniora, ul. Świdnicka 35, Dzierżoniów
- Koszt: 0 zł (badania są finansowane z programów polityki zdrowotnej Województwa Dolnośląskiego)

Nie odkładaj zdrowia na boczny tor. Przyjdź, zbadaj się i skorzystaj z wiedzy specjalistów!