

# SIGULDAS NOVADA VESELĪBAS DIENA

## SIGULDAS NOVADA KULTŪRAS CENTRA LIELAJĀ ZĀLĒ

No plkst. 10.00 – 16.00

PIEAUGUŠAJIEM pēc iepriekšēja pieraksta

(pieraksts no 20. – 23. maijam pa tālruni 28667553)

- Kāju vēnu skrīnings
- Pēdu datordiagnostika
- Minimentālā stāvokļa izvērtēšana un depresijas tests – neirologa konsultācija
- Ādas dermaskopija
- LOR konsultācija un dzirdes pārbaude
- Kardiologa konsultācija
- Onkologa konsultācija

BĒRNIEM pēc iepriekšēja pieraksta

(pieraksts no 20. – 23. maijam pa tālruni 28667553)

- Alergologa konsultācija
- LOR konsultācija
- Ortopēda konsultācija
- Redzes pārbaude no plkst. 10.00 – 12.00

Bez pieraksta

- Cukura līmeņa mērījumi
- Holesterīna līmeņa mērījumi
- Hemoglobīna līmeņa mērījumi
- Redzes pārbaude no plkst. 12.00 – 16.00
- Plaušu pārbaude
- Fizioterapeita/ nūjošanas instruktora konsultācija
- Baha ziedu terapeita konsultācija
- Masiera konsultācija
- Sejas kopšanas konsultācija
- Folla diagnostika
- Uztura speciālista konsultācija
- Siguldas Diabēta asociācijas konsultācija
- Pacientu ombuda konsultācija

## SIGULDAS NOVADA KULTŪRAS CENTRA MAZAJĀ ZĀLĒ

No plkst. 11.30 – 13.00

- Biodejas\* nodarbība

## STĀVLAUKUMĀ PIE SIGULDAS NOVADA KULTŪRAS CENTRA

No plkst. 10.00 – 16.00

Pēc iepriekšēja pieraksta pa tālruni 67142840, no plkst. 9.00 – 17.00

- Mobilais mamogrāfs\*\*

Bez pieraksta

- Mutes veselības centra busiņš
- Valsts asinsdonoru centra autobuss no plkst. 10.00 – 14.00

\* Biodeja ir visā pasaulē pazīstama Dienvidamerikā radīta atveseļojoša un personību attīstoša metode, kurā izmanto uzrunājošu mūziku, kustību un radošu deju – tā ir droša vieta, kur atkal atrast dzīves enerģiju un prieku visiem cilvēkiem bez vecuma ierobežojuma!

\*\* Ar uzaicinājuma vēstuli no Nacionālā veselības dienesta veikt mamogrāfijas izmeklējumus Valsts skrīninga programmas ietvaros vai nosūtījumu no ārsta, kurš ir ligumattiecībā ar Nacionālo veselības dienestu, BEZMAKSAS.

## DIENAS CENTRĀ

- No plkst. 10.30 – 11.30 Prof. Anatolija Danilāna lekcija „Dzīvot ilgi un laimīgi”
- No plkst. 13.00 – 14.00 Pacientu ombuda valdes priekšsēdētājas Lienes Šulces-Rēveles lekcija „Esi informēts par savām pacienta tiesībām/pienākumiem un sadarbību ar ģimenes ārstu”
- No plkst. 14.00 – 15.00 Dr. Ingūnas Vecvagares lekcija „Homeopātijas nozīme veselības uzlabošanā”

## RĪGAS RAJONA SLIMNĪCĀ

### Rehabilitācijas nodaļā

Pieteikšanās no 20. – 23. maijam pa tālruni 67976922, 26067440

- No plkst. 10.00 „Vingrosim kopā”  
Aktīvas un priecīgas nodarbības māmiņām un bērniem (2 – 3 g. v.)
- No plkst. 10.00 – 10.30 un 10.30 – 11.00  
„Pusstunda, bet tu jau jūties labāk!”  
Vingrojumi nogurušai kakla un sāpīgai jostas daļai

### Fizikālās terapijas kabinetā

Pieteikšanās no 20. – 23. maijam pa tālr. 67976910

- No plkst. 8.00 Limfodrenāžas procedūra kājām un vēderam

### Poliklinikā

Pieteikšanās no 20. – 23. maijam pa tālruni 67971329

- No plkst. 10.00 Okulista konsultācija
- No plkst. 10.00 Endokrinologa konsultācija
- No plkst. 10.00 Neirologa konsultācija

Zobārstniecības piedāvājums

### SIA „Cēsu rajona zobārstniecības poliklinika”

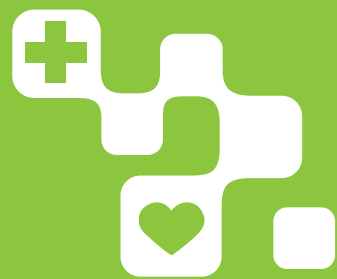
Pieteikšanās no 20. – 23. maijam pa tālruni 67971329

- No plkst. 10.00 Zobārsts bērniem
- No plkst. 10.00 Mutes higiēnists bērniem

### INFORMĀCIJA:

[www.sigulda.lv](http://www.sigulda.lv)

Veselības dienas ārstu apmeklējums tikai Siguldas novadā deklarētiem iedzīvotājiem, uzrādot ID karti vai izziņu par deklarēto dzīvesvietu.



# SIGULDAS NOVADA VESELĪBAS DIENA

## 26. maijā

### SIGULDAS NOVADA KULTŪRAS CENTRA LIELAJĀ ZĀLĒ

- Kāju vēnu skrīnings • Pēdu datordiagnostika • Minimentālā stāvokļa izvērtēšana un depresijas tests – neirologa konsultācija • Ādas dermaskopija • LOR konsultācija un dzirdes pārbaude • Kardiologa konsultācija • Onkologa konsultācija
- Bērnu alergologa konsultācija • Bērnu LOR konsultācija • Bērnu ortopēda konsultācija
- Redzes pārbaude bērniem un pieaugušajiem

### SIGULDAS NOVADA KULTŪRAS CENTRA MAZAJĀ ZĀLĒ

- Biodejas nodarbība

### STĀVLAUKUMĀ PIE SIGULDAS NOVADA KULTŪRAS CENTRA

- Mobilais mamogrāfs • Mutes veselības centra busiņš • Valsts asinsdonoru centra autobuss

### DIENAS CENTRĀ

- Prof. Anatolija Danilāna lekcija „Dzīvot ilgi un laimīgi” • Pacientu ombuda valdes priekšsēdētājas Lienes Šulces-Rēveles lekcija „Esi informēts par savām pacienta tiesībām/pienākumiem un sadarbību ar ģimenes ārstu”
- Lekcija „Homeopātijas nozīme veselības uzlabošanā”

### RĪGAS RAJONA SLIMNĪCĀ

- Aktīvas nodarbības veselībai • Limfodrenāžas procedūra kājām un vēderam
- Okulista konsultācija • Endokrinologa konsultācija • Neirologa konsultācija • Zobārsts bērniem • Mutes higiēnists bērniem

ORGANIZĒ:



SIGULDAAIZRAUJ



Pacientu Ombuds

ATBALSTA:



RĪGAS RAJONA SLIMNĪCA



VALSTS  
ASINSDONORU  
CENTRS



SIA 1.S.SERVISS

