

Kraków, 20.03.2013
Informacja prasowa

Żyj pełną piersią

VIII Festiwal Zdrowia w Galerii Krakowskiej

Co czternasta Polka może zachorować na raka piersi w ciągu swojego życia – alarmuje Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów Medycyny IFMSA-Poland, które już po raz ósmy organizuje bezpłatne badania zdrowia w Galerii Krakowskiej. W weekend 22-24 marca 2013 r. w ramach Festiwalu „Żyj pełną piersią” każdy kto odwiedzi Galerię będzie mógł skorzystać z porad specjalistów, a także wykonać bezpłatne USG piersi oraz mammografię. Festiwal Zdrowia to idealny moment, by pomyśleć o swoim zdrowiu i jego kondycji.



Nowotwory znajdują się na pierwszym miejscu przyczyn zgonów wśród Polaków, z czego aż 20% stanowią zachorowania na raka piersi. Według Krajowego Rejestru Nowotworów Złośliwych w 2010 r. ponad 70 tysięcy kobiet i tyle samo mężczyzn cierpiało na choroby onkologiczne. Diagnozę potwierdzić mogą jedynie specjalistyczne badania, dlatego tak ważna jest profilaktyka. Wcześniej wykryty nowotwór w wielu przypadkach może być uleczalny.

Celem VIII Festiwalu Zdrowia jest zachęcenie krakowian do wykonywania badań kontrolnych, a także popularyzacja wiedzy na temat chorób nowotworowych. Organizatorzy chcą przypomnieć, jak ważna jest profilaktyka, wczesna diagnostyka (m.in. mammografia pozwala wcześniej wykryć ponad 90% zmian) i odpowiednie leczenie tego typu chorób.

Organizowany pod patronatem Międzynarodowego Stowarzyszenia Studentów Medycyny IFMSA-Poland VIII Festiwal Zdrowia w Galerii Krakowskiej jest reakcją na coraz trudniejszą kondycję zdrowotną Polaków - zwłaszcza kobiet. W ramach akcji, w piątek 22 marca, w godzinach od 14:00 do 19:00, a także w sobotę i niedzielę 23-24 marca,

w godzinach od 11.00 do 19.00 będzie można skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych pod kątem nowotworu piersi: USG piersi (kobiety >20 roku życia) i mammografii (kobiet w wieku 50-69 lat), a także z warsztatów nauki samobadania piersi. Ponadto odwiedzający Galerię będą mogli zmierzyć poziom glukozy we krwi, poziom ciśnienia tętniczego krwi, zawartość tkanki tłuszczowej w organizmie, a także indeks masy ciała oraz ryzyko złamania osteoporotycznego.

Całość uświetnią pokazy Fitness&Wellness Azik i bra-fittingu firmy Triumph, poradnictwo Fundacji „Amazonki” oraz dietetyków, pokazy tańca towarzyskiego, a także liczne konkursy z nagrodami dla dorosłych i dzieci.

PROGRAM FESTIWALU ZDROWIA

Piątek 22 III

14:00 Rozpoczęcie

14:15 Pokaz ćwiczeń Tbc BOSU - Fitness&Wellness AZIK

14:45 I konkurs dla dzieci

15:15 Wywiad z Fundacją "Amazonki"

15:45 Nauka samobadania piersi

16:15 I konkurs dla kobiet, które wykonają USG piersi

16:30 Pokaz ćwiczeń Zdrowy kręgosłup & Stretch - Fitness&Wellness AZIK

17:00 Wywiad z Fundacją „Amazonki”

17:30 Pokaz bra-fittingu - Triumph

18:00 Nauka samobadania piersi

18:30 Pokaz ćwiczeń BodyFit Balance - Fitness&Wellness AZIK

19:00 Zakończenie

Sobota 23 III

11:00 Oficjalne rozpoczęcie Festiwalu Zdrowia IFMSA-POLAND pod hasłem „Żyj pełną piersią”

11:30 Nauka samobadania piersi

- 12:00 Pokaz ćwiczeń Tbc BOSU - Fitness&Wellness AZIK
- 12:30 I konkurs dla dzieci
- 13:00 Pokaz ćwiczeń Zdrowy kręgosłup & Stretch - Fitness&Wellness AZIK
- 13:30 I konkurs dla kobiet, które wykonają USG piersi
- 13:45 Wywiad z Fundacją "Amazonki"
- 14:30 Nauka samobadania piersi
- 15:00 II konkurs dla kobiet, które wykonają USG piersi
- 15:15 Wywiad z Fundacją "Amazonki"
- 15:45 II konkurs dla dzieci
- 16:15 Pokaz bra-fittingu - Triumph
- 16:45 Nauka samobadania piersi
- 17:15 III konkurs dla kobiet, które wykonają USG piersi
- 17:30 Pokaz ćwiczeń BodyFit Balance - Fitness&Wellness AZIK
- 18:00 III konkurs dla dzieci – Szpital Pluszowego Misia
- 18:30 Nauka samobadania piersi
- 19:00 Zakończenie

Niedziela 24 III

- 11:00 Rozpoczęcie
- 11:15 Pokaz tańca towarzyskiego i nauka kroków
- 11:45 Wywiad z Fundacją "Amazonki"
- 12:15 Nauka samobadania piersi
- 12:45 Pokaz ćwiczeń Tbc BOSU - Fitness&Wellness AZIK
- 13:15 I konkurs dla dzieci
- 13:30 Pokaz tańca towarzyskiego i nauka kroków
- 14:00 I konkurs dla kobiet, które wykonają USG piersi
- 14:15 Pokaz bra-fittingu - Triumph

14:45 Wywiad z Fundacją "Amazonki"

15:15 Nauka samobadania piersi

16:15 II konkurs dla dzieci

16:45 Pokaz ćwiczeń Zdrowy kręgosłup & Stretch - Fitness&Wellness AZIK

17:15 II konkurs dla kobiet, które wykonają USG piersi

17:30 Wywiad z Fundacją "Amazonki"

18:00 Pokaz ćwiczeń BodyFit Balance - Fitness&Wellness AZIK

18:30 Nauka samobadania piersi

19:00 Zakończenie

Więcej informacji udziela:

Ryszard Wysokiński: Dyrektor Centrum Galerii Krakowskiej, ECE Projekt Management
Polska, tel.: +48 12 428 99 00, e-mail:ryszard.wysokinski@ece.com