



Inauguracja corocznej kampanii prozdrowotnej „Kwiecień - Toruński Miesiąc Walki z Rakiem” nastąpi w piątek, 5 kwietnia 2013 roku w Teatrze Baj Pomorski w Toruniu. Początek o godz. 18.00.

Hasłem przewodnim tego dnia w roku 2013 jest „Nadciśnienie tętnicze”. Kampania prozdrowotna „Kwiecień - Toruński Miesiąc Walki z Rakiem” ma zachęcić mieszkańców do dbania o własne zdrowie.

- Kluczem do zachowania zdrowia są badania profilaktyczne - mówi dyrektor Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej Izabela Miłoszewska. - Celem profilaktyki jest podjęcie szybkich i skutecznych działań przywracających zdrowie, ma ona również na celu zahamowanie postępu lub powikłań już istniejącej choroby. Dzięki temu prowadzi do ograniczenia niesprawności i inwalidztwa. Istotnym elementem kwietniowej kampanii jest także zapobieganie powstawaniu niekorzystnych wzorów zachowań społecznych, które przyczyniają się do podwyższania ryzyka choroby, a należą do nich: nałogi, nieprawidłowa dieta, otyłość czy brak aktywności fizycznej.

KIEDY I GDZIE MOŻNA SIĘ PRZEBADAĆ?

(jeśli nie podano inaczej, badania trwają cały miesiąc, aż do wyczerpania określonego limitu badanych osób)

- Specjalistyczny Szpital Miejski ul. Batorego 17/19

- **badanie mammograficzne** dla pań w wieku 50 – 69 lat, posiadających aktualne ubezpieczenie zdrowotne, które nie miały wykonywanego tego badania w ciągu ostatnich 24 miesięcy; rejestracja pod nr tel. (56) 61 – 00 – 221 (konieczny nr pesel) lub osobiście w Zakładzie RTG ul. Batorego 17/19 w godz. w godz. 9.00 – 13.00 w dni robocze.

- Szpital Specjalistyczny Matopát, ul. Storczykowa 8/10

- **badanie morfologii krwi** w celu wczesnego wykrywania chorób rozrostowych krwi (białaczki) wraz z konsultacją specjalisty chorób wewnętrznych dla pacjentów, których wyniki są nieprawidłowe;

- **ocena znamion i zmian skórnych** przez specjalistów dermatologów. Rejestracja przez [stronę internetową](#)

- Przychodnia Specjalistyczna OLK –MED, Plac 18 Stycznia 4

- **badanie dermatoskopowe skóry** – 19 kwietnia 2013 r. w godzinach 14.00 – 17.00 w poradni dermatologicznej II piętro pok. 314, po uprzedniej rejestracji osobistej i telefonicznej tel. (56) 622 66 66 lub (56) 622 23 13,

- **badanie cytologiczne** – poniedziałek, wtorek, środa, piątek w godzinach 8.00 – 18.00, czwartek 15.00 – 18.00, poradnia ginekologiczna I piętro, pok. 206. Badanie przeznaczone dla kobiet w wieku 25 do 59 lat, które w ciągu ostatnich 3 lat nie miały wykonanego badania cytologicznego. Konieczna uprzednia rejestracja osobista lub telefoniczna (56) 622 66 66, (56) 622 23 13.

- Prywatna Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Nowak § Nowak, ul. Filtrowa 29b

- **badanie cytologiczne** dla pań w wieku 25 - 59 lat, które nie wykonywały tego badania w ciągu ostatnich trzech lat, po uprzedniej rejestracji telefonicznej (56) 56 623 56 05,

- **badanie mammograficzne** dla kobiet powyżej 40 roku życia, po uprzedniej

rejestracji telefonicznej (56) 665 401 415. Badanie odbywać się będzie w Pracowni Radiologicznej ul. Koniuchy 15/5.

- Przychodnie Lekarskie Hipokrates, ul. Dekerta 1

- **badanie cytologiczne** dla pań w wieku 25 - 59 lat, które nie wykonywały tego badania w ciągu ostatnich trzech lat, po uprzedniej rejestracji telefonicznej (56) 622 24 49.

- NordicMania Studio Sportu

- **zajęcia Nordic Walking** dla każdego, w każdy wtorek godz. 16.00 Stadion przy ul. Świętopełka 15, w sobotę - laszek przy ul. Gen. J. Bema (na skrzyżowaniu ulic Gen. J. Bema i K. I. Gałczyńskiego). Istnieje możliwość wypożyczenia kijków dla dorosłych i dla dzieci. Konieczny kontakt telefoniczny do instruktora p. Anny Szotek tel. 601 960 900.

- Toruński Związek Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej

- **zajęcia Nordic Walking** dla każdego, zbiórka w każdą sobotę , godz. 9.00 przy lasku Bielańskim, naprzeciw Szkoły Podstawowej Nr 7 ul. Gen. J. Bema 66. Istnieje możliwość wypożyczenia kijków. Szczegółowych informacji udziela instruktor Jolanta Chojnacka tel. 608 749 093.

- **gimnastyka dla pań 50+**, poniedziałki i czwartki, godz. 18, Szkoła Podstawowa nr 7, ul. Gen. J. Bema 66.

- Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta

- **zajęcia zumba fitness** dla każdego, wtorek 9 kwietnia, godz. 17.20, w Gimnazjum nr 3 przy ul. Żwirki i Wigury 49. Trzeba zabrać strój sportowy. Szczegółowych informacji udziela instruktor p. Marta Lewandowska tel. 504 910 335.

- Oddział Miejski PTTK

- **wycieczka** z cyklu „**Z przyrodą za pan brat**”, sobota 13 kwietnia br. Wycieczka zorganizowana głównie z myślą o dzieciach i młodzieży. Spotkanie chętnych wyznaczone zostało na pętli autobusowej MZK linii nr 23 w Kopaninie (za Złotorią), wyjazd o godz. 10.00 (z pl. św. Katarzyny o godz.9.30). Przewodnik Patryk Staniszewski poprowadzi młodych turystów trasą Kopanino - Złotoria - Kaszczorek -

Toruń (pl. Honorowych Dawców Krwi) o długości ok. 9 km.

- **wycieczka** z cyklu „**Wędrówki rodzinne z PTTK**”, sobota 13 kwietnia br. Spotkanie chętnych o godz.7.15 na dworcu PKP Toruń Główny, skąd o godz. 7.30 odjedzie pociąg do miejscowości Przyłubie (kierunek Bydgoszcz). Turyści przejdą trasę z Przyłubia, przez Kabat (Radiowe Centrum Nadawcze) do Solca Kujawskiego – ok. 16 km. Wycieczką pokieruje przewodnik turystyki pieszej Rajmund Czechowski.

- **wycieczka** z cyklu „**Wędrówki rodzinne z PTTK**”, sobota 20 kwietnia br. Oddział Miejski PTTK zaprasza do przejścia kolejnego odcinka Szlaku św. Jakuba. Spotkanie o godz. 6.30 na dworcu PKP Toruń Główny, skąd o godz. 6.46 turyści odjadą pociągiem do Ławy. Przewodnik Rajmund Czechowski poprowadzi turystów trasą Ława – Katarzynki – Radomno – Nowy Dwór Bratniański – Nawra – Nowe Miasto Lubawski. Długość trasy wyniesie ok. 25 km.

Światowy Dzień Zdrowia, święto ustanowione przez Pierwsze Zgromadzenie Ogólne Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w 1948 roku. Obchodzone jest corocznie od 1950 w dniu 7 kwietnia, w rocznicę powstania WHO. Jego celem jest zwrócenie szczególnej uwagi na najbardziej palące i zaniedbane problemy zdrowotne społeczeństw na świecie.

- [Go back](#)
- [Share on: X](#)
- [Share on: FB](#)
- [Print](#)
- [PDF](#)