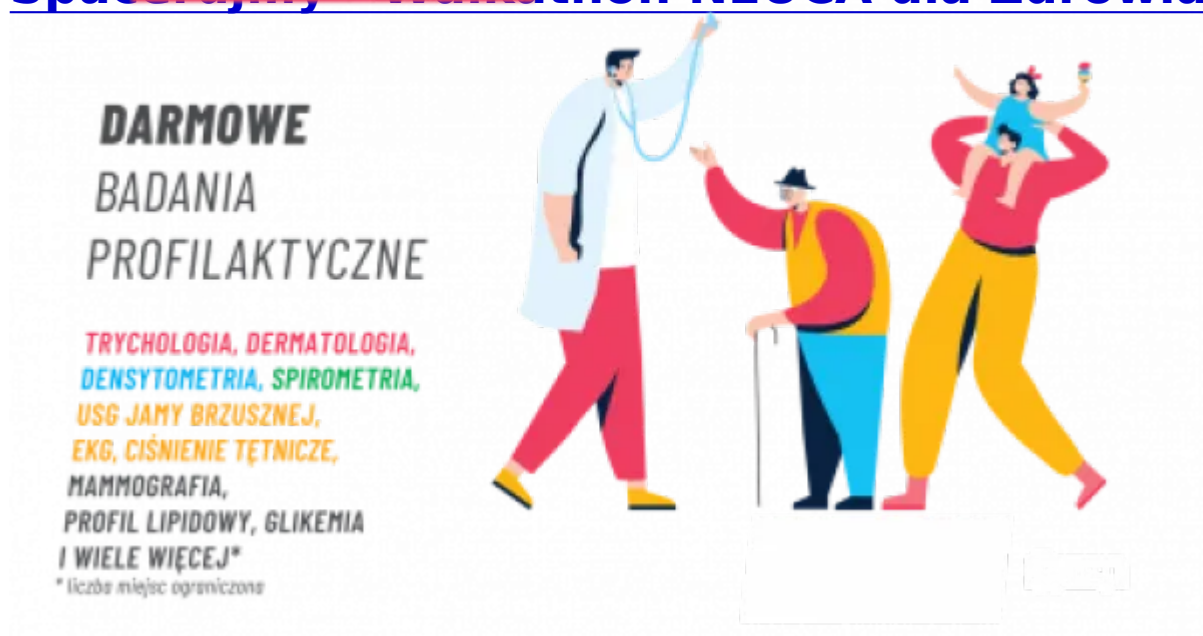


ZAPISZ SIĘ WWW.NEUCADLAZDROWIA.PL **Spaceruj, biegaj, rób kolarstwo NEUCA dla Zdrowia**



W sobotę, 11 września 2021 r. rusza w Toruniu 10. edycja Walkathonu NEUCA dla Zdrowia, w ramach której można skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych czy wziąć udział w grze miejskiej.

Dziesiąta już edycja Walkathonu NEUCA dla Zdrowia, organizowana przez Fundację Neuca dla Zdrowia, to trzy duże akcje:

1. **Rusz się po zdrowie**, czyli aplikacja do pobrania z www.neucadlazdrowia.pl, dzięki której każdy może wziąć udział w wyzwaniu, rejestrować swoje aktywności fizyczne (spacer, marsz z kijami, rower, bieg, jazda na rolkach/deskrolce), a zgromadzone punkty wymieniać na nagrody – jubileuszowe gadżety. Akcja potrwa do 10 października 2021 r.
2. **Niebieskie Miasteczko Zdrowia** na Rynku Nowomiejskim w Toruniu - w sobotę, 11 września, w godz. od 10:00 do 18:00 na Rynku Nowomiejskim w Toruniu.
3. **Zdrowa kontynuacja**, czyli bezpłatne badania w ramach akcji „Słodkie kujawsko – pomorskie” #niecukruj #stopCukier #zmierzsię. Badania profilaktyczne w Niebieskim Miasteczku Zdrowia to preludium do akcji, która

przed mieszkańcami. Fundacja NEUCA dla Zdrowia na koniec września zaprosi na bezpłatne badania poziomu cukru we krwi, które są wskazane w ramach profilaktyki cukrzycy, nazwanej epidemią XXI wieku. Będzie je można wykonać w kilkudziesięciu miejscach w naszym województwie.

Niebieskie Miasteczko Zdrowia na Rynku Nowomiejskim w Toruniu zaprasza **w sobotę 11 września w godz. 10:00-18:00**. Po wcześniejszym zapisaniu się poprzez aplikację „Rusz się po zdrowie” lub na stronie www.neucadlazedrowia.pl będzie można bezpłatnie i bezpiecznie skorzystać z szeregu badań profilaktycznych:

- EKG
- Spirometria
- Densytometria
- Badanie piersi pod kątem raka piersi
- Badanie słuchu
- Badanie znamion pod kątem czerniaka
- Sprawdzenie lipidogramu, poziomu cukru, saturacji, poziomu ciśnienia tętniczego
- Konsultacje lekarskie, a także konsultacje z dietetykiem i fizjoterapeutą
- Nauka samobadania piersi, jąder i prostaty z wykorzystaniem profesjonalnych fantomów
- Akcja profilaktyki upadków

W Niebieskim Miasteczku Zdrowia będzie także działał **punkt szczepień przeciwko Covid-19**. To będzie też okazja, by poznać zasady ministerialnego programu profilaktyki 40+.

W godz. 10:00-18:00 zachęcamy do wzięcia udziału **w grze miejskiej „Spacer po zdrowie”**, której Partnerami są Gmina Miasta Toruń i PTTK Toruń. Do zdobycia 10 bardzo wartościowych nagród. Wystarczy:

- przyjść na Rynek Nowomiejski w Toruniu i pobrać kartę konkursową z punktu informacyjnego w Niebieskim Miasteczku Zdrowia, organizowanym przez @Fundacja NEUCA dla Zdrowia
- spacerować po starówce zgodnie z mapą i znaleźć pieczątki w 4 z 9 punktów turystycznych (szukaj dużej flagi Fundacji)
- wpisać na formularzu hasło promujące Toruń i zdrowy tryb życia

- w Niebieskim Miasteczku Zdrowia oddać Organizatorowi Konkursu wypełniony blankiet.

Fundacja NEUCA dla Zdrowia nagrodzi 10 najciekawszych zgłoszeń.

*- Tylko podczas tegorocznej edycji Walkathonu NEUCA dla Zdrowia chcemy przebadać 3000 osób – **mówi Bogusława Golus-Jankowska** z Fundacji NEUCA dla Zdrowia. – Umożliwimy mieszkańcom województwa bezpieczny dostęp do specjalistów i badań profilaktycznych. Jednocześnie nie przestajemy promować zdrowego stylu życia – do naszej akcji „Rusz się po zdrowie” może dołączyć każdy, bez względu na wiek czy miejsce zamieszkania. Razem, choć osobno, będziemy spalać kalorie i promować aktywność fizyczną. Zbierać kilometry można od soboty, 11 września.*

Wszystkie szczegóły są dostępne na stronie www.neucadlazedrowia.pl.

- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)