

4 marca 2016



## **Biegamy, nie cyckamy się z rakiem!**

Na II Suchedniowski Bieg Kobiet „Nie cyckamy się z rakiem” zaprasza 6 marca do Suchedniowa Świętokrzyskie Stowarzyszenie Biegaczy sieBIEGA, Grupa Biegający Suchedniów, Urząd Miasta i Gminy Suchedniów. Dystans: 5 km ulicami miasta. Start o godzinie 11 sprzed Hali Sportowo - Rekreacyjnej przy ulicy Sportowej w Suchedniowie. Imprezie towarzyszyć będzie akcja profilaktyczno - edukacyjna, którą poprowadzą pracownicy Działu Promocji i Profilaktyki Onkologicznej Świętokrzyskiego Centrum Onkologii w Kielcach.

Jak informuje **Damian Orzechowski**, koordynator akcji, impreza „Nie cyckamy się z rakiem” ma charakter rekreacyjny i ogólnodostępny, a jej głównym przesłaniem jest profilaktyka raka piersi i chorób nowotworowych wśród kobiet. - W biegu mogą wziąć udział panie w wieku od lat 16 do 99. Nie jest ważny wynik, ale dobra zabawa na świeżym powietrzu. Zapisało się 200 uczestniczek, lista jest już zamknięta. Ale jeśli do godziny 10.40 zapisane osoby nie zgłoszą się po numery startowe, będziemy je wydawać chętnym w miarę

wolnych miejsc - uprzedza organizator.

Dla uczestniczek biegu organizatorzy przygotowali m.in. bezpłatne badania mammografem, porady lekarskie i poczęstunek na mecie.

Imprezie towarzyszyć będzie akcja profilaktyczno - edukacyjna, którą poprowadzą pracownicy Działu Promocji i Profilaktyki Onkologicznej Świętokrzyskiego Centrum Onkologii w Kielcach. Będą mierzyć ciśnienie tętnicze, wykonywać pomiary zawartości tlenu węgla w wydychanym powietrzu, wskaźnika masy ciała oraz tkanki tłuszczowej, uczyć samobadania piersi oraz kolportować materiały edukacyjne na temat zdrowego stylu życia i profilaktyki onkologicznej.

Więcej informacji: <http://www.siebiega.com/nie-cyckamy-sie-z-rakiem/>