

[Radzili?my na rajdzie, jak rzuci? palenie i uczyli?my profilaktyki na pikniku \[1\]](#)

27 maja odby? si? Rodzinny Rajd Profilaktyczny "Dla zdrowia chodzimy-papierosów nie palimy" zorganizowany przez ?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii, Gmin? Mas?ów i Wojewódzk? Stacj? Sanitarno-Epidemiologiczn? w Kielcach. Trasa wiod?a przez gór? Domaniówk?, Mas?ów, gór? Klonówk?, Diabelski Kamie? do Ciekot. W profilaktyce "na piechot?" uczestniczy?o 30 osób. Rajd prowadzi? licencjonowany przewodnik, który podczas postojów barwnie opowiada? ciekawostki zwi?zane z Górami ?wi?tokrzyskimi. W czasie rajdu przeprowadzono kilka konkursów o tematyce antytytoniowej, w których wzi?li udzia? g?ównie najm?odsi uczestnicy. Doro?li, którzy chcieli rzuci? palenie, mogli poradzi? si? specjalistów promocji zdrowia, jak to zrobi?. Nagrody dla uczestników konkursów ufundowali organizatorzy. Imprez? zako?czono ogniskiem.

28 maja ?wi?tokrzyskie Centrum Onkologii uczestniczy?o w pikniku rodzinnym "Aktywno??? Na zdrowie!", zorganizowanym w Parku Miejskim w Kielcach przez Urz?d Marsza?kowski Województwa ?wi?tokrzyskiego z okazji Dnia Samorz?du Terytorialnego. Doradzali?my, jak ?y?, aby zmniejszy? ryzyko zachorowania na nowotwory, uczyli?my samobadania piersi, zach?cali?my do wykonywania bada? w ramach profilaktyki raka piersi i profilaktyki raka szyjki macicy, rozdawali?my materia?y edukacyjne dotycz?ce prewencji nowotworów. Z nauki samobadania piersi skorzysta?o ponad 30 osób, w tym równie? panowie w trosce o swoje partnerki, ch?tnie uczy?y si? samobadania mamy z córkami.

[2]

[3]

[4]

[5]

[6]

Aktualno?ci

Source

URL:<https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/radzilismy-na-rajdzie-jak-rzucic-palenie-i-uczyalismy-profilaktyki-na-pikniku?mini=2022-12>

Links

[1] <https://www.onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/radzilismy-na-rajdzie-jak-rzucic-palenie-i-uczyalismy-profilaktyki-na-pikniku> [2] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/img_1553.jpg [3] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/img_1555.jpg [4] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/img_1558.jpg [5] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/img_1618.jpg [6] https://www.onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0307.jpg