



Razem dla zdrowia kobiet

Puszcza Niepołomice oraz Niepołomickie Centrum Medyczne (NCM) połączyły siły i wspólnie zorganizowały inicjatywę „Puszcza To Kobieta”. Jej celem było zwrócenie uwagi na to, jak ważna jest profilaktyka zdrowotna kobiet. Z różnych form skorzystało łącznie około 300 osób.

Działania te wpisały się w ogólnopolską kampanię **Różowy Październik** – miesiąc profilaktyki chorób nowotworowych, głównie raka piersi i szyjki macicy, a także ogólnopolską piłkarską akcję **Betclit 1. Ligi #RakNieGraFair – My tak**.

– W Puszczy wierzymy, że siła drużyny tkwi nie tylko w boiskowej walce, ale przede wszystkim w jedności i odpowiedzialności wobec społeczności, której jesteśmy częścią. Jako klub sportowy mamy świadomość, że nasza siła to nie tylko wyniki sportowe, ale przede wszystkim ludzie: kibice i mieszkańcy – argumentuje **Natalia Bania**, rzeczniczka prasowa Puszczy Niepołomice.

Badania i warsztaty

– Dla nas profilaktyka to codzienna praktyka, a nie jednorazowa kampania. Partnerstwo z Puszczą Niepołomice pomogło przenieść ją bliżej codziennego życia mieszkańców i dotrzeć do młodszego pokolenia kobiet – bez dystansu, za to z rozmową i realnym wsparciem. Zależy nam, by decyzja o badaniu zapadała „tu i teraz”, bo wczesna diagnostyka naprawdę ratuje zdrowie i życie. – **podkreśla Anna Szlama, prezes**

Niepołomickiego Centrum Medycznego.

Przez cały październik mieszkanki gminy Niepołomice mogły skorzystać z **bezpłatnych badań**, takich jak mammografia, USG piersi, badanie gęstości kości, cytologia czy testy HPV. Zorganizowano też warsztaty samobadania piersi, zajęcia prowadzone przez fizjoterapeutki uroginekologiczne, konsultacje z lekarzami oraz pielęgniarkami i położnymi. Zaangażowany był, także poza standardowymi godzinami pracy, **cały zespół NCM**, łącznie z **Zespołem Ratownictwa Medycznego**.

Profilaktyka zaczyna się w domu

– Duże zainteresowanie badaniami, warsztatami i konsultacjami pokazało, że potrzeba takich inicjatyw jest realna. Najważniejsze nie są wyłącznie same świadczenia, lecz postawa odpowiedzialności za własne zdrowie. Profilaktyka zaczyna się w domu – od uważnej obserwacji sygnałów, które wysyła ciało, oraz od regularnego samobadania. To proste nawyki, które mają znaczenie – podkreśla Anna Szlama.

W Europejskim Dniu Walki z Rakiem Piersi **drużyna Puszczy zaprezentowała wyjątkowe koszulki meczowe** – białe stroje z różowymi detalami symbolizowały ideę Różowego Października. W sesji zdjęciowej, wykonanej przez fotografkę Natalię Rabę, wystąpiły partnerki zawodników.

– Chcieliśmy pokazać, że za każdym piłkarzem stoi ktoś, kto w niego wierzy

– kto kibicuje nie tylko na stadionie, ale też w codziennym życiu – mówi Natalia Bania.

Kibice pokazują wsparcie

Podczas **meczu ligowego z Wisłą Kraków** 20 października zawodnicy wybiegli na murawę w tych strojach, a na trybunach nie zabrakło różowych akcentów – wstążek i balonów. Każdy mógł w ten sposób włączyć się w akcję i pokazać swoje wsparcie.

Wyjątkowa była tego dnia eskorta meczowa, złożona z kobiet z krakowskiego Stowarzyszenia i Fundacji Unicorn, która zajmuje się wsparciem psychofizycznym dla osób chorych onkologicznie i ich bliskich. Panie wystąpiły w koszulkach z hasłem **#RakNieGraFair – My tak!**, dodając wydarzeniu ogromnego symbolicznego znaczenia.

Rano, na Rynku w Niepołomicach, działała specjalnie przygotowana strefa zdrowia: można było wykonać badania profilaktyczne i porozmawiać z położną o profilaktyce raka piersi. Kluczowym elementem była obecność zespołu ratownictwa medycznego z karetką, który przeprowadził pokazy i praktyczne szkolenia z pierwszej pomocy z udziałem wielu uczestników, w tym klas licealnych. To właśnie ten moduł przyciągnął mnóstwo osób i miał ogromny efekt edukacyjny.

Natalia Bania

rzeczniczka prasowa Puszczy Niepołomice
Przemek Kocur
redaktor naczelny Gazety Niepołomickiej