

## Druga edycja akcji „Badamy nie tylko mamy” w Skierniewicach

data aktualizacji: 2024.05.25 autor: Łukasz Saptura



(Łukasz Saptura)

**W sobotę (25 maja) o godzinie 12, nad skierniewickim zalewem zorganizowano drugą edycję akcji „Badamy nie tylko mamy”. Celem tego wydarzenia był wspólny spacer połączony ze zdobywaniem rzetelnej wiedzy na temat profilaktyki raka piersi. Organizatorem akcji były Skierniewickie Amazonki, które już po raz kolejny włączyły się w to ogólnopolskie przedsięwzięcie.**

Spacer rozpoczął się na Ścieżce Zakochanych w Pomaganiu, która prowadzi wokół Zalewu Zadębie. Uczestniczki, w tym zarówno osoby poruszające się na rowerach, jak i te z kijkami do nordic walking, wyruszyły wspólnie w trasę.

Na trasie spaceru znajdował się punkt konsultacyjny, w którym Skierniewickie Amazonki udzielały porad i dzieliły się wiedzą na temat profilaktyki raka piersi. Mieszkaniczki Skierniewic miały okazję dowiedzieć się więcej na temat samobadania piersi oraz innych metod wczesnego wykrywania nowotworów.

## **Regularne badania czy ignorowanie profilaktyki? - głosy mieszkanek Skierniewic**

Spacerujące skierniewiczanki zapytaliśmy, czy interesują się na co dzień swoim zdrowiem, szczególnie w kontekście profilaktyki raka piersi.

- Regularnie wykonuję samobadanie piersi i staram się raz na rok chodzić na mammografię. Uważam, że to bardzo ważne, aby dbać o swoje zdrowie i nie bać się badań. Tego typu akcje są świetne, bo przypominają nam o profilaktyce – powiedziała nam pani Anna. Jej koleżanka, pani Katarzyna przyznaje, że rzadko myśli o badaniach profilaktycznych: - Zawsze jest coś ważniejszego do zrobienia. Przyznaję, że nie byłam u lekarza od kilku lat.

Podobne podejście do swojego zdrowia jak pani Katarzyna ma pani Maria:

- Nigdy nie przywiązywałam dużej wagi do badań profilaktycznych. Uważam, że jeśli nic mnie nie boli, to nie ma potrzeby chodzić do lekarza. Jednak dzisiaj postanowiłam się czegoś nauczyć i może zmienię swoje podejście.

- Zawsze staram się być na bieżąco z badaniami, zwłaszcza że w mojej rodzinie były przypadki raka piersi. Takie inicjatywy jak dzisiejsza akcja są niezwykle cenne – mobilizują nas do dbania o siebie – podkreśla pani Magda.

### **Edukacja i aktywność w jednym**

Druga edycja akcji „Badamy nie tylko mamy” w Skierniewicach była nie tylko okazją do aktywnego spędzenia czasu na świeżym powietrzu, ale także do zdobycia cennej wiedzy na temat profilaktyki raka piersi. Skierniewickie Amazonki po raz kolejny udowodniły, jak ważna jest edukacja i wsparcie w walce z nowotworami. Oby takie inicjatywy przyczyniały się do wzrostu świadomości na temat zdrowia wśród kobiet w całej Polsce.

Źródło: <https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/43703-druga-edycja-akcji-badamy-nie-tylko-mamy-w-skierniewicach>