



## Rowerem przez Polskę - Razem Przeciwko Cukrzycy typu 2

2015-06-03

**Razem Przeciw Cukrzycy typu 2 - to hasło charytatywnego rajdu rowerowego Fundacji Medcover, którego celem jest podnoszenie świadomości zdrowego stylu życia i wagi aktywności fizycznej w walce z epidemią XXI wieku - cukrzycą typu 2. Rowerzyści już po raz trzeci przemierzają Polskę z południa na północ i pokonają trasę ponad 1000 km. 7 czerwca zawitają w Niebieskim Miasteczku w Krakowie, gdzie każdy mieszkaniec będzie mógł sprawdzić stan swojego zdrowia.**

Już po raz trzeci wolontariusze z grupy Medcover wystartują w rajdzie rowerowym *Od Tatr po Bałtyk - Razem Przeciw Cukrzycy typu 2*. 14 wolontariuszy wsiądzie na rower 7 czerwca w Zakopanem, aby na metę rajdu dotrzeć 15 czerwca w Sztokholmie. Trasa, którą pokonają liczy ponad 1000 km. Celem akcji jest promocja zdrowego stylu życia, a w szczególności aktywności fizycznej. 7 czerwca, przy pomniku Smoka Wawelskiego, u stóp wzgórza wawelskiego w Krakowie, powstanie Niebieskie Miasteczko, gdzie każdy mieszkaniec będzie mógł sprawdzić swój stan zdrowia i zasięgnąć porady specjalisty. Kolor Miasteczka nie jest przypadkowy - niebieskie koło jest ogólnosiwiatowym symbolem walki z cukrzycą.

*- Cukrzyca, jako pierwsza wśród chorób niezakaźnych została uznana przez Światową Organizację Zdrowia za epidemię - mówi Marcin Radziwiłł, Prezes Fundacji Medcover. - Coraz większa liczba młodych ludzi jest w stanie przedcukrzycowym. Wyniki badań, które prowadzimy w ramach Ogólnopolskiego Programu Profilaktyki Cukrzycy i Chorób Cywilizacyjnych „PoZdro!” są bardzo niepokojące - blisko 22% przebadanych nastolatków ma nadwagę lub otyłość, a 65% - dostateczną, słabą i bardzo słabą wydolność fizyczną. Problem zagrożenia chorobami cywilizacyjnymi wśród młodzieży jest rzeczywisty. Wielu z tych chorób można by z łatwością zapobiec. Stąd też idea Rajdu i naszego Niebieskiego Miasteczka.*

*- To nasz trzeci rajd rowerowy pod hasłem „Razem Przeciw Cukrzycy typu 2!” - mówi Ewelina Matyjaszczyk, wolontariuszka Fundacji Medcover, kapitan Drużyny Rowerzystów. - Chcemy pokazać nasze wsparcie dla osób chorych i pokazać jak ważna w profilaktyce chorób cywilizacyjnych i cukrzycy typu 2 jest profilaktyka - 90% przypadków cukrzycy to właśnie cukrzyca typu 2, której można uniknąć m.in. poprzez aktywność fizyczną. Warto też regularnie sprawdzać swój stan zdrowia.*

*- Z największą przyjemnością włączyliśmy się w realizację Niebieskiego Miasteczka. Wszelkie działania mające na celu zwiększanie świadomości zdrowego stylu życia są bardzo bliskie strategii działania i polityce prozdrowotnej Miasta Krakowa. - mówi Michał Marszałek, Dyrektor Biura Ds. Ochrony Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa. - W imieniu naszym i Fundacji Medcover serdecznie zapraszamy wszystkich krakowian na bezpłatne badania.*

Niebieskie Miasteczko zlokalizowane będzie przy pomniku Smoka Wawelskiego i czynne w niedzielę, 7 czerwca od 9.00 do 12.00. Każdy, kto je odwiedzi, będzie mógł bezpłatnie sprawdzić stan swojego zdrowia: zmierzyć poziom cukru i cholesterolu we krwi, ciśnienie oraz sprawdzić swoją wagę oraz procentową zawartość tkanki tłuszczowej i mięśniowej w organizmie. Wyniki badań będzie można skonsultować ze specjalistą diabetologiem i dietetykiem. Dla odwiedzających przygotowany został pokaz pierwszej pomocy, a także możliwość zarejestrowania się w bazie dawców szpiku kostnego na specjalnym stoisku grupy wolontariuszy Wygrajmy Razem.



**Magiczny  
Kraków**

Pod Krakowem do uczestników rajdu Razem Przeciw Cukrzycy typu 2 dołączą inni ochotnicy – m.in. rowerzyści chorujący na cukrzycę. W eskorcie policji cała grupa przejedzie ulicami Miasta na bulwary wiślane. Przywitanie rowerzystów w Niebieskim Miasteczku w Krakowie nastąpi ok. godz. 13.30.

Wszelkie informacje o Programie „PoZdro!”, a także materiały filmowe prezentujące wydarzenia sportowe dla młodzieży oraz historie uczestników, którzy wraz ze swoimi rodzinami całkowicie odmienili swój styl życia, dostępne są na stronie internetowej Programu: [www.po-zdro.pl](http://www.po-zdro.pl) oraz na profilu społecznościowym Facebook: [www.facebook.com/ProgramPoZdro](https://www.facebook.com/ProgramPoZdro).