

## **„Polska na tak” w Hajnówce - badania profilaktyczne i telewizja na żywo**



### **Data wydarzenia**

sob., 16/11/2024 - 10:00 - sob., 16/11/2024 - 13:00

### **Kategoria**

Wydarzenia miejskie

### **Miejsce wydarzenia**

plac przy Urzędzie Miasta, ul. Aleksego Zina 1

### **„Polska na tak” w Hajnówce - badania profilaktyczne i telewizja na żywo**

16 listopada (sobota) w godzinach przedpołudniowych Hajnówka i jej mieszkańcy będą bohaterami programu telewizyjnego „Polska na tak”, który będzie można oglądać na żywo na antenie TVP Info w godz. 10:20-12:20. Z tej okazji na placu przy Urzędzie Miejskim w Hajnówce będzie ustawione miasteczko zdrowia Ministerstwa Zdrowia i Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ.

### **Bezpłatne badania i konsultacje profilaktyczne w Hajnówce w godz. 10:00-13:00**

W sobotę 16 listopada na placu przy Urzędzie Miasta w Hajnówce będzie można skorzystać z oferty **bezpłatnych** badań i konsultacji profilaktycznych. Dla wszystkich chętnych będą dostępne:

- mammografia w mammobusie (kobiety w wieku 45-74 lata)
- analiza składu ciała (określenie wieku metabolicznego, BMI, poziomu tłuszczu, wody i mięśni w organizmie, określenie poziomu tłuszczu trzewnego)

- pokaz ratownictwa medycznego i nauka udzielania pierwszej pomocy
- instruktaż samobadania piersi oraz jąder
- oferta bezpłatnych programów profilaktycznych NFZ
- jadłospisy i programy żywieniowe z portalu Diety.NFZ

### **Jak skorzystać z mammografii?**

W sobotę w Hajnówce będzie można skorzystać z bezpłatnej mammografii w ramach programu profilaktyki raka piersi – bez skierowania, trzeba mieć ze sobą dokument tożsamości. Kobiety w wieku 45–74 lat mogą wykonać badanie bezpłatnie raz na 2 lata. Warto skorzystać z postoju mammobusu i zarejestrować się wcześniej:

- 16.11.2024 godz.: 10.00-13.00, **Hajnówka**, ul. Zina 1, mammobus przy Urzędzie Miasta, **tel. do rejestracji: 42 254 64 11, 517 544 004**

Mammografia nie wymaga specjalnego przygotowania. W dniu badania trzeba wziąć prysznic lub kąpiel. Trzeba zrezygnować z dezodorantów, talku, pudru, balsamu czy mleczka do ciała. Na badanie warto włożyć luźne, dwuczęściowe ubranie, aby bez problemu rozebrać się od pasa w górę. Do badania należy zdjąć biżuterię. Mammografia zajmie kilka minut i jest nieinwazyjna.

---

#### **Source URL:**

<https://hajnowka.pl/wydarzenie/5954-polska-na-tak-w-hajnowce-badania-profilaktyczne-i-telewizja-na-zywo>