

20-lecie „Małych Słopniczan”

W związku z 20-leciem Zespołu „Mali Słopniczanie” serdecznie zapraszamy Wszystkich mieszkańców Słopnic na Jubileuszowy występ, który odbędzie się dnia 13.12.2019r. o godz. 16.30 w Zespole Placówek Oświatowych w Słopnicach.

Źródło: www.slopnice.pl

Jarmark Bożonarodzeniowy w Łukowicy

W dniu 15 grudnia br. odbędzie się I Jarmark Bożonarodzeniowy w Łukowicy, na który zaprasza Wójt Gminy Łukowica.



WÓJT GMINY ŁUKOWICA
zaprasza wszystkich mieszkańców na



I Jarmark BOŻONARODZENIOWY

15 grudnia 2019 roku (niedziela)

12:00 - 17:00

Wszystkich rękodzielników
oraz oferujących asortyment świąteczny
zachęcam do udziału i zgłaszania się
do Gminnego Ośrodka Kultury

do czwartku (12 grudnia)

Plac przy Gminnym Ośrodku Kultury

**Stoiska gastronomiczne
Kola Gospodyń Wiejskich**

Podczas trwania Jarmarku
będzie można spotkać
św. Mikołaja

„Kiedy śmieje się dziecko, śmieje się cały świat” – spotkanie integracyjne dla osób niepełnosprawnych w Kasinie Wielkiej.

„Kiedy śmieje się dziecko – śmieje się cały świat” – pod takim hasłem już po raz ósmy w Zespole Szkoły i Przedszkola nr 2 w Kasinie Wielkiej odbyło się spotkanie integracyjne osób niepełnosprawnych wraz z ich rodzinami z terenu gminy Mszana Dolna i Powiatu Limanowskiego, wychowanków Specjalnego Ośrodka Szkołno – Wychowawczego w Dobrej oraz uczniów szkoły podstawowej w Kasinie Wielkiej. Głównym organizatorem tegorocznego spotkania byli: dyrekcja, nauczyciele i rodzice uczniów Zespołu Szkoły i Przedszkola nr 1 w Kasinie Wielkiej, przy wsparciu Wójta Gminy Mszana Dolna – Bolesława Żaby. Wśród zaproszonych gości byli także obecni: Bolesław Żaba – Wójt Gminy Mszana Dolna, Bolesław Jania – Radny Powiatu Limanowskiego oraz Zbigniew Jarosz – Dyrektor Zespołu Szkoły i Przedszkola nr 2. Wydarzenie objął swoim honorowym patronatem Starosta Limanowski – Mieczysław Uryga, który również wziął udział w uroczystości.

Pomimo trudnych warunków pogodowych zaproszeni goście kolejny raz dopisali. Spotkanie rozpoczęto od wspólnej modlitwy podczas mszy świętej, którą odprawił ks. Bogusław Borek-wikariusz parafii Kasina Wielka. Oprawę liturgiczną Eucharystii zapewniła Schola „Soli Deo”.



Wszystkich zebranych powitała Pani Janina Ziemianin – Dyrektor Zespołu Szkoły i Przedszkola nr 1 w Kasinie Wielkiej. Powitalny występ uczniów klasy drugiej, która zaprezentowała kasińskie, skoczne przyśpiewki już na samym początku wzbudziły zachwyty uczestników. Następnie wychowankowie z SOSW w Dobrej zaprezentowali spektakl pt. „Dwie Dorotki”. Jak co roku aktorzy zauroczyli widownię swoją grą, barwnymi strojami i wspaniałą dekoracją. Wysoki poziom prezentacji sztuki świadczy o wielkim zaangażowaniu i współpracy wszystkich pracowników tej placówki.

Tegoroczne spotkanie integracyjne uświetnił występ zespołu „Skrzydłanie” ze Skrzydlnej,

a regionalne melodie wprost zapraszały do tańca i wspólnej zabawy. W trakcie uroczystości wszystkim dzieciom wręczono upominki przygotowane dzięki ofiarności darczyńców, a przedstawicielki Koła Gospodyń Wiejskich „Zagórzanki” z

Kasiny Wielkiej obdarowały niepełnosprawnych gości upieczonymi przez siebie ozdobionymi, piernikowymi sercami.

Pyszny obiad i słodkie łakocie z wielkim zaangażowaniem, jak co roku, przyrzadzili rodzice uczniów z Zespołu Szkoły i Przedszkola nr 1 w Kasinie Wielkiej przy wsparciu zaprzyjaźnionych osób z Zespołu Szkoły i Przedszkola nr.2. Po raz kolejny, wyjątkową, słodką niespodziankę – przepyszny, okazały tort przygotował kasiński mistrz cukierniczy – Pana Bolesława Jani. W tak gorącej i serdecznej atmosferze nie zabrakło też dla ochłody lodowego deseru.

Uczniowie i absolwenci szkół, dali piękny przykład swojej empatii i wrażliwości współuczestnicząc ,jako wolontariusze, w organizacji i przebiegu całego sobotniego spotkania, którego nadrzędnym celem była integracja jego uczestników, a także wymiana doświadczeń między opiekunami osób niepełnosprawnych. Jak w poprzednich latach, tak i tym razem nie zawiodła ofiarność i życzliwość ludzi, dla których uśmiech dziecka jest największą nagrodą. Świadomość ofiarodawców z radości jakie niesie oczekiwanie osób niepełnosprawnych na coroczne wspólne spotkanie, sprawia, iż szerzej i bezinteresowniej otwierają się ich dobre serca.



Organizatorzy spotkania integracyjnego „Kiedy śmieje się dziecko, śmieje się cały świat” serdecznie dziękują wszystkim osobom i instytucjom, którzy przyczynili się do tego, aby po raz kolejny odbyła się ta wyjątkowa uroczystość. Wspólne spotkanie udowodniło po raz kolejny, jak ważną rolę odgrywa integracja dla rodzin osób z problemami niepełnosprawności. Wspólnie spędzony czas upłynął w niezwykle radosnym nastroju – udało się wywołać wiele uśmiechów na twarzach najważniejszych gości!

Mikołajki na Pływalni Limanowskiej

Już 6 grudnia na Limanowskiej Pływalni będzie miało miejsce spotkanie ze Świętym Mikołajem. Na wydarzenie zapraszają Starosta Limanowski – Mieczysław Uryga, Burmistrz Miasta Limanowa – Władysław Bieda wraz z współorganizatorami. Tego dnia na dzieci będą czekały liczne niespodzianki, a wśród nich zawody pływackie i impreza Mikołajkowa.

Od godziny 15:30 odbędą się otwarte Mikołajkowe zawody pływackie ze Szkołą Pływania MM Delfin i KS Limanowa Swim. W zawodach mają prawo startu wszystkie dzieci młodsze i uczniowie szkół podstawowych (do 8 klasy) w poszczególnych kategoriach wiekowych wskazanych w regulaminie. Regulamin i zgłoszenie do udziału w zawodach dostępne poniżej, na stronie www.plywalnia.limanowska.pl oraz w kasie Pływalni. Zapisy w kasie Pływalni do dnia 5 grudnia do godziny 18.00.

Następnie od 17:00 do 18:00 odbędą się wspólne zabawy i animacje wodne ze Szkołą Pływania Aligator w rytmie muzyki Dj Firewall Music. Wszyscy uczestnicy wezmą udział w mikołajkowej dyskotecie w wodzie w blasku kolorowych świateł! Z dziećmi spotka się oczywiście św. Mikołaj, który obdaruje prezentami najmłodszych uczestników.

Nie zabraknie atrakcji wodnych przygotowanych przez Szkołę Pływania Aligator m.in. – możliwość pływania na deskach SUP. Na najmłodszych będą czekały skręcane balony oraz możliwość robienia wodnych tatuaży.

Dla dzieci do 8 klasy Szkoły Podstawowej za okazaniem legitymacji szkolnej w godzinach od 15.00 do 20.00 bilet jednorazowego wstępu za jedyne za 7,5 zł. Młodzież i dorośli wejścia zgodnie z obowiązującym cennikiem.

Organizatorami imprezy są: Powiat Limanowski, Miasto

Limanowa, Pływalnia Limanowska, szkoła pływania MM Delfin, KS Limanowa Swim, szkoła pływania Aligator, PCPR Limanowa.

Współorganizatorzy: firma InterSieć, firma Tymbark, Grota Solna Habitus, Dj Firewall Music.

1. [REGULAMIN](#)
2. [ZGŁOSZENIE](#)

Starosta Limanowski **Mieczysław Uryga** i Burmistrz Miasta Limanowa **Władysław Bieda**

zapraszają na

Mikołajki

na Pływalni Limanowskiej



Zapraszamy dzieci wraz z rodzicami
na Pływalnię Limanowską

6 grudnia

w godz. **15.30 - 18.00**

Dla dzieci do 8 klasy szkoły podstawowej
w godz. od **15.00** do **20.00**

bilet jednorazowego wstępu - **7,5 zł.**

W trakcie imprezy
spotkanie z **MIKOŁAJEM**
który rozda dzieciom prezenty



Czeka na Was wiele **ATRAKCJI:**

15³⁰-17⁰⁰ Otwarte **MIKOŁAJKOWE**
ZAWODY PŁYWACKIE

W zawodach mają prawo startu **dzieci młodsze i uczniowie**
szkół podstawowych (do 8 klasy) w poszczególnych
kategorjach wiekowych wskazanych w **REGULAMINIE**.

REGULAMIN i **ZGŁOSZENIE DO UDZIAŁU W ZAWODACH**
dostępne na stronie www.plywalnia.limanowska.pl
i w kasie pływalni.

17⁰⁰-18³⁰ **ZABAWY i ANIMACJE**
w basenie rekreacyjnym

DYSKOTEKA w wodzie w blasku kolorowych
światel, balonów i odblaskowych gadżetów.

ORGANIZATORZY



POWIAT
LIMANOWSKI



MIASTO
LIMANOWA

Pływalnia
Limanowska

WSPÓLORGANIZATORZY



K.S. LIMANOWA SWIM



INTERSIĘĆ



GROTA SOLNA

Kasina-Ski zaprasza

Na nartach w Kasinie Wielkiej można będzie jeździć już od 6 grudnia, od godz. 18.00! Stacja narciarska Kasina-Ski jest pierwszym w okolicy Krakowa oraz jednym z pierwszych ośrodkiem narciarskim rozpoczynającym swój sezon w 2019/2020.

Szczegóły dostępne są pod linkiem [Ośrodek narciarski Kasina-Ski](#)

Źródło: www.mszana.pl

Gala jubileuszowej – 10. edycji konkursu pn. „Odblaskowa szkoła” w Krakowie

W tym tygodniu w Krakowskim Centrum Kongresowym ICE odbyła się gala finałowa jubileuszowej, 10. edycji małopolskiego konkursu skierowanego do szkół podstawowych pn. „Odblaskowa Szkoła”. Nagrody i wyróżnienia dla najlepszych szkół z regionu wręczyli m.in. wicemarszałek Łukasz Smółka, małopolska kurator oświaty Barbara Nowak oraz dyrektor Departamentu Generalnego urzędu marszałkowskiego – Łukasz Kmita.

Wydarzenie zostało zorganizowane przez Wydział Ruchu Drogowego Komendy Wojewódzkiej Policji wraz z Małopolską Radą Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego oraz Małopolskim Kuratorium Oświaty.

W tegorocznym konkursie uczestniczyło ponad 360 placówek

edukacyjnych z całego województwa, w tym liczne szkoły z powiatu limanowskiego.

Przypomnijmy, że celem dorocznego konkursu jest zwiększenie aktywności dyrektorów szkół podstawowych, lokalnych władz samorządowych i rodziców w zakresie wyposażenia uczniów w elementy odblaskowe. To także możliwość wykazania, że szkoła nie tylko uczy, ale również dba o bezpieczeństwo swoich podopiecznych zwłaszcza w drodze do i ze szkoły. Ponadto akcja ma na celu zwrócić uwagę pedagogów, rodziców

i opiekunów na konieczność kontrolowania ustawowego obowiązku korzystania przez dzieci z elementów odblaskowych i promowanie wszelkich inicjatyw ograniczających zagrożenia w ruchu drogowym.

Małopolska mocno wspiera działania zmierzające do poprawy bezpieczeństwa na drogach. W efekcie z roku na rok spada liczba wypadków i niebezpiecznych zdarzeń. Dzięki wsparciu samorządu województwa dbamy również o to, by przejścia dla pieszych w całej Małopolsce były jeszcze lepiej widoczne, a przez to bardziej bezpieczne – mówił podczas wydarzenia Łukasz Smółka.

A informacje o tym jak w powiecie limanowskim wyglądały wydarzenia w ramach konkursu odblaskowa szkoła zamieszczaliśmy m.in [tutaj](#) oraz [tutaj](#)



źródło: małopolska.pl

Certyfikat jakości dla PCIT podczas Forum Informacji Turystycznej w Tarnowie.

W dniach 3 i 4 grudnia w Tarnowie podczas uroczystej Gali Forum Informacji Turystycznej, połączonej z 20 -leciem działalnościi Tarnowskiego Centrum Informacji Turystycznej, zostały wręczone certyfikaty, potwierdzające jakość Punktów Informacji Turystycznej, wchodzącym w skład Małopolskiego

Systemu Informacji Turystycznej. Z radością informujemy, że Powiatowe Centrum Informacji Turystycznej ponownie otrzymało Certyfikat Małopolskiego Systemu Informacji Turystycznej. Oznacza to, że PCIT przeszło pozytywnie certyfikację i utrzymało swoje dotychczasowe „trzy gwiazdki” w tej kategorii obiektów.

Podczas Gali Mateusz Pietrzak – Kierownik Powiatowego Biura Promocji, Kultury i Turystyki oraz Joanna Zawada – Inspektor Powiatowego Centrum Informacji Turystycznej w Limanowej odebrali certyfikat z rąk Jacka Janowskiego – Dyrektora Departamentu Promocji Turystyki Krajowej Polskiej Organizacji Turystycznej, Doroty Skotnickiej – Dyrektora Departamentu Turystyki i Sportu Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego oraz Grzegorza Biedronia – prezesa MOT-u i radnego Województwa Małopolskiego.



Głównym celem certyfikacji Jednostek Informacji Turystycznych działających w ramach Małopolskiego Systemu Informacji

Turystycznej jest, by w całym regionie wszystkie jednostki IT pracowały według jednolitych, wysokich standardów obsługi turysty. Dzięki systemowi certyfikacji turysta i mieszkańiec regionu będzie miał możliwość podróżowania po Małopolsce wybierając najwyższą jakość świadczonych usług Informacji Turystycznej. Komisja certyfikacyjna przyznaje po weryfikacji kategorie: od 1 do 4 gwiazdek. Kategoryzacja punktów Informacji Turystycznej potwierdzona jest otrzymaniem certyfikatu jakości, ważnym 1 rok.

Równoległe z częścią poświęconą Małopolskiemu Systemowi Informacji Turystycznej odbywał się panel Polskiej Organizacji Turystycznej. W dwudniowym forum brali udział pracownicy punktów i centrów informacji turystycznej z całego kraju. Wydarzenie to stało się doskonałą przestrzenią do wymiany doświadczeń i dyskusji na temat stanu i najważniejszych wyzwań stojących przed Polskim Systemem Informacji Turystycznej.

Pragniemy przypomnieć, że limanowskie PCIT jest również certyfikowane w ramach Polskiej Organizacji Turystycznej i w związku z tym, posiada również certyfikat przyznawany przez POT.

CERTYFIKAT

MAŁOPOLSKIEGO SYSTEMU INFORMACJI TURYSTYCZNEJ

w kategorii



dla

Jednostki Informacji Turystycznej

w Limanowej

Certyfikat został przyznany na okres jednego roku

Witold Kozłowski

Kraków, grudzień 2019

Matuszalek
Województwa Małopolskiego

Miejsce, data nadania

Bezpłatne konsultacje dot. możliwości pozyskiwania dofinansowania z Funduszy Europejskich

Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego i Starostwo Powiatowe w Limanowej zapraszają mieszkańców oraz przedstawicieli instytucji z terenu powiatu limanowskiego na bezpłatne konsultacje, dotyczące możliwości pozyskiwania dofinansowania z Funduszy Europejskich.

Zakres udzielanych konsultacji w ramach Mobilnego Punktu Informacyjnego: preferencyjne pożyczki na otwarcie i rozwój działalności gospodarczej, dotacje na rozpoczęcie i rozwój działalności gospodarczej, pozostałe możliwości wsparcia z Funduszy Europejskich na lata 2014-2020

Termin i miejsce konsultacji: 18.12.2019 r. (środa) godz. 11.30 – 14:00

Starostwo Powiatowe w Limanowej (ul. Marka 9; 34 – 600 Limanowa; Budynek A pok. nr 347)

Konsultacje przeprowadzą specjaliści ds. Funduszy Europejskich z Lokalnego Punktu Informacyjnego Funduszy Europejskich Urzędu Marszałkowskiego

tel.: 12 616 03 71/72/73

e-mail: fem_nowysacz@umwm.pl

Serdecznie zapraszamy!

Trwają zgłoszenia do XXIV Przeglądu Grup Kołędniczych

2 stycznia 2020 r. w świetlicy wiejskiej w Starej Wsi rozpocznie się XXIV Przegląd Grup Kołędniczych Gminy Limanowa. Podobnie jak w poprzednich edycjach, Występy odbywać się będą w trzech kategoriach wiekowych: dziecięcej, młodzieżowej i dorosłej. Głównym celem konkursu kołędniczego jest kultywowanie tradycji związanych ze Świętami Bożonarodzeniowymi oraz wyłonienie najlepszych grup kołędniczych na dalsze eliminacje.

W Przeglądzie mogą wziąć udział grupy reprezentujące placówki kulturalne, szkoły, koła gospodyń wiejskich, zespoły regionalne, ochotnicze straże pożarne, parafie oraz grupy aktualnie chodzące po kolędzie

z terenu gminy Limanowa. Zgodnie z tradycją w grupach kołędniczych występować mogą wyłącznie chłopcy i mężczyźni.

Występy grup oceniać będzie powołana przez organizatorów Komisja Konkursowa, która dokona oceny prezentacji w poszczególnych kategoriach i przyzna nagrody pieniężne ufundowane przez Wójta Gminy Limanowa.

Najlepsze grupy zakwalifikowane zostaną na XXI Powiatowy Przegląd Grup Kołędniczych, który odbędzie się w dniach 18-19 stycznia 2020 r. w Lubomierzu.

Poszczególne grupy w przedstawianych programach przedstawiać powinny tradycje kołędowania w regionie z którego pochodzą, zachowując odpowiedni strój, rekwizyty, skład kapeli, gwarę oraz repertuar kolęd i pastorałek, zgodnie z wytycznymi regulaminowymi.

Zgłoszenia do udziału w Przeglądzie przyjmowane są do piątku 27 grudnia 2019 r. w Wydziale Kultury i Promocji i Urzędu Gminy Limanowa (pok. nr 30). Zgłoszenie można też wysłać e-mailowo pod adres: promocja@gminalimanowa.pl

W imieniu organizatorów zapraszamy do udziału i wspólnego kołędowania!

Poniżej udostępniamy Regulamin oraz Kartę Zgłoszenia do

udziału w Przeglądzie.:

[REGULAMIN – Przegląd Grup Kołędniczych 2020](#)

[Karta zgłoszeniowa- Przegląd Grup Kołędniczych](#)

źródło: UG Limanowa

W limanowskim szpitalu zrobisz nieodpłatne badania stężenia markera PSA w surowicy krwi

Szpital Powiatowy w Limanowej Imienia Miłosierdzia Bożego organizuje kampanię promocyjno – edukacyjną dotyczącą nowotworu gruczołu krokowego, skierowaną do mężczyzn z terenu powiatu limanowskiego, będących w wieku od 50 do 70 lat. W ramach akcji zostaną wykonane nieodpłatnie badania stężenia markera PSA w surowicy krwi. Kampania jest finansowana ze środków Powiatu Limanowskiego.

Jednym z efektów starzenia się społeczeństwa jest wzrost chorób u osób starszych, w tym głównie różnego rodzaju nowotworów. Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Jest on drugą, zaraz po raku płuc, przyczyną zgonów. Jest to podstępna choroba, gdyż we wczesnym stadium często nie daje objawów, w związku z czym, kiedy jest wykrywany, niejednokrotnie ma postać zaawansowanego nowotworu z przerzutami. Dlatego też, w celu wczesnej diagnostyki, jednym z coraz popularniejszych badań kontrolnych jest badanie PSA.

Co to jest PSA?

PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu

krokowego, białko wytwarzane przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, która pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Do czego służy marker PSA?

Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby na wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne.

Należy pamiętać, że antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy nabłonek w okolicy prostaty i może być wykrywany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczołu, jak i u osób z nowotworem stercza. Dlatego też wynik badania PSA powinien być w każdym przypadku interpretowany przez lekarza rodzinnego lub specjalistę.

Przebieg i przygotowanie do badania

Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak warto zaznaczyć, że na wyniki oznaczenia PSA u mężczyzn często wpływa w szczególności: łagodny rozrost stercza, zapalenie dróg moczowych, ejakulacja oraz czy ćwiczenia fizyczne wykonywane w ciągu 48 godzin poprzedzających test. Dlatego przed badaniem należy wstrzymać się od aktywności fizycznej.

Na bezpłatne badania PSA zapraszamy wszystkich mężczyzn z terenu powiatu limanowskiego, będących w wieku od 50 do 70 lat. W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej Szpitala Powiatowego w Limanowej a następnie wykonać badanie w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00. Informacja pod numerem telefonu: 18/33-01-700 wew. 844.

Badania wykonywane będą do końca 2019 roku, bądź do wyczerpania środków przeznaczonych na ten cel.

Na badanie wykonane w ramach akcji nie jest wymagane skierowanie.



Powiat Limanowski

ul. J. Piłsudskiego 61, 34-600 Limanowa
www.szpitallimanowa.pl
e-mail: szpitallimanowa@szpitallimanowa.pl



SZPITAL POWIATOWY
w Limanowej
Imienia Miłosierdzia Bożego

KAMPANIA PROMOCYJNO – EDUKACYJNA

dotycząca profilaktyki nowotworu
gruczołu krokowego **wraz z bezpłatnym**
oznaczeniem markera PSA
dla mężczyzn w wieku od 50-70 lat
zamieszkałych na terenie Powiatu Limanowskiego



Rak prostaty jest najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn. Ryzyko raka gruczołu krokowego wzrasta wraz z wiekiem. W większości przypadków nowotwór ten początkowo nie daje żadnych objawów, może **jednak zostać wcześniej wykryty poprzez oznaczenie stężenia swoistego antygenu sterczowego PSA.**

Co to jest PSA?

PSA (ang. Prostate Specific Antigen) to antygen gruczołu krokowego, białko wytwarzane przez komórki stercza. Jego stężenie można oznaczyć w zwykłym badaniu krwi, która pobiera się z żyły łokciowej pacjenta.

Do czego służy marker PSA?

Marker PSA jest drugim, obok badania prostaty, testem przesiewowym, który pozwala na wykrycie bezobjawowego raka prostaty. Często pozwala na wykrycie choroby na wczesnym etapie rozwoju, dzięki czemu leczenie jest bardziej efektywne.

Pamiętaj! antygen PSA produkowany jest również przez zdrowy nabłonek w okolicy prostaty i może być wykrywany także u osób ze zdrowym gruczołem, w stanach zapalnych gruczołu, jak i u osób z nowotworem stercza. **Dlatego też wynik badania PSA koniecznie skonsultuj z lekarzem rodzinnym lub lekarzem specjalistą.**

Przebieg i przygotowanie do badania

Stężenie poziomu PSA oznacza się w zwykłym badaniu krwi, którą pobiera się z żyły łokciowej pacjenta. Badany nie musi być na czczo, jednak powinien pamiętać, że poziom PSA całkowitego może wzrosnąć i utrzymywać się na nienaturalnie wysokim poziomie w ciągu 48 godzin po stosunku czy ćwiczeniach fizycznych. Dlatego też, co najmniej na dwa dni przed wykonaniem testu PSA badany powinien powstrzymać się od tego typu aktywności.

Kiedy należy wykonać badanie PSA?

Na coroczne badanie poziomu PSA powinien się zgłaszać każdy mężczyzna po 50. roku życia lub – jeśli należy do grupy podwyższonego ryzyka raka prostaty (mężczyźni, u których w rodzinie występował rak prostaty) – powyżej 40. lub 45. roku życia. Badanie zaleca się również u mężczyzn, u których występują takie objawy jak: częste oddawanie moczu, parcie na pęcherz, osłabienie strumienia moczu, zaparcia, bóle pleców w odcinku lędźwiowym kręgosłupa, utrata wagi, zaburzenia erekcji.

Nie czekaj! Zadbaj o swoje zdrowie i już dzisiaj zgłoś się na bezpłatne badanie poziomu PSA!

W celu wykonania badania należy się zgłosić do rejestracji pracowni analitycznej, a następnie wykonać badanie w punkcie pobrań. Punkt pobrań jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 – 11.00.

Informacja pod numerem telefonu: 18/ 33 01 700 wew. 844

Kampania finansowana ze środków Powiatu Limanowskiego

Ważne!

- szacuje się, że w liczba nowych przypadków nowotworu złośliwego gruczołu krokowego w województwie małopolskim w roku 2029 będzie większa o 33% w stosunku do stanu z roku 2016[1].
- nowotwór złośliwy gruczołu krokowego w latach 2011-2013 był odpowiedzialny za 8,5% ogółu zgonów z powodu nowotworów złośliwych mężczyzn w Województwie Małopolskim i odsetek ten jest o 8,0% większy niż w przypadku całej Polski[2].
- w Województwie Małopolskim nowotwór prostaty najbardziej zagraża życiu mieszkańców powiatów limanowskiego, Nowego Sącza i nowosądeckiego (gdzie standaryzowany wskaźnik umieralności wynosi odpowiednio 1,5, 1,23, 1,16) [3]. Ponadto w powiecie limanowskim jest mniej korzystna niż w całym kraju struktura wieku mężczyzn co powoduje, że rzeczywisty współczynnik umieralności w powiecie limanowskim jest wyższy niż ogólnopolski aż o 23%.
- szacuje się, że w Polsce w roku 2029 w stosunku do roku 2016 liczba nowych przypadków nowotworu złośliwego prostaty będzie o 29% większa[4]. Natomiast w powiecie limanowskim liczba nowych przypadków będzie większa aż o 47 % [5].

[1] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 144.

[2] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 22.

[3] Tamże, s. 22-23.

[4] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 137.

[5] Mapa potrzeb zdrowotnych w zakresie onkologii dla województwa małopolskiego, s. 137.

źr.: Szpital Powiatowy w Limanowej