

A VIDA QUE VALE A PENA

Seja o protagonista da sua história

📍 **PALESTRA** com
Laine Valgas e Affonso Kulevicz



Rio Fortuna

Data: 17/10 **Horário:** 19h30min

Local: Centro Pastoral São Marcos



Para **homens**
e **mulheres**

Seja Solidário

DOE
ALIMENTOS



*A doação é espontânea e beneficiará entidades municipais

Parceiros:



Governo de
Rio Fortuna



**ENERGIA
DE TODOS,
PARA TODOS.**

www.cerbranorte.com.br

Outubro Rosa



Porque algumas lutas
podem ser vencidas
antes mesmo de serem
iniciadas.

Previna-se.

Associação de Apoio e Prevenção
do Câncer Caminhos do Amanhã



Outubro Rosa/ Novembro Azul: Alerta sobre prevenção de doenças

Os meses de outubro e novembro são dedicados às campanhas de conscientização, prevenção e detecção precoce do câncer de mama, colo de útero e de próstata no município de Rio Fortuna. Para debater de forma descontraída o assunto, motivando homens e mulheres a cuidarem da saúde, a Secretaria Municipal de Saúde e a Cerbranorte promovem a palestra “A vida que vale a pena. Seja o protagonista de sua história”. O evento será realizado na quarta-feira, 17 de outubro, no Centro de Pastoral São Marcos, às 19h30min.

A palestra de cunho motivacional será mediada pela jornalista do Jornal do Almoço **Laine Valgas**, em parceria com o educador físico **Affonso Kulevicz**. O evento é beneficente e os participantes podem doar alimentos não perecíveis, que serão destinados a entidades municipais. “Será uma noite para discutir autoestima, autorrealização e bem-estar, com informações para que cada pessoa melhore sua qualidade de vida a partir da adoção de novos hábitos diários.

Além da palestra, o Município promove demais atividades para intensificar a prevenção das doenças. No dia 20 de outubro acontecerá um Circuito Funcional, orientado pelo educador físico Luiz Carlos Jahn, com o objetivo de estimular a prática de exercícios físicos. A atividade acontecerá no Centro de Pastoral São Marcos, a partir das 08h30min. “Os exercícios serão executados por grupos divididos por faixa etária, para que tanto adultos e idosos consigam participar. Neste dia também será verificado quem deseja e tem interesse de participar do grupo de atividade física. Com isso, será avaliada a possibilidade de retomar as atividades do grupo”,

Durante o mês de outubro, os exames de prevenção são intensificados. Por serem doenças de sintomas comuns ou muitas vezes sem sintomas, o câncer tem como maior problema a descoberta tardia. “Por isso a importância de realizar exames como preventivo, mamografia, PSA e toque retal, além de visitas periódicas ao médico, já que estão diretamente relacionadas ao estágio da doença e ao aumento das chances de cura. É fundamental que a população esteja alerta e consciente, pois só com a prevenção é possível reduzir as estatísticas de novos casos da doença.

Em 2017 30 casos novos de Câncer foram identificados no município, e em 2018 22 casos novos foram confirmados até o momento. Estima-se que essa estatística seja duplicada ou até mesmo triplicada, pois não somam a esses indicadores os pacientes diagnosticados a mais tempo e que fazem somente o acompanhamento e monitoramento da doença.

Caminhada

Para abrir as atividades do Outubro Rosa, a Associação do Câncer Caminhos do Amanhã em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde realiza um Caminhada. A atividade será no domingo, dia 14/10 com saída em frente à igreja matriz após a missa dominical, passando pelo Centro da Cidade e retornando até o ponto de partida.