

Η ΕΟΠΕ ΕΝΗΜΕΡΩΝΕΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΜΕ ΜΙΑ ΚΑΜΠΑΝΙΑ ΠΟΥ ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΕΙ.

Καρκίνος;
Χτύπα ξύλο!

Καρκίνος.

Μια λέξη που δεν περνάει απαρατήρητη. Που θες δε θες, θα σου προκαλέσει μια άμεση, σχεδόν αυθόρμητη αντίδραση. Θα χτυπήσεις ξύλο, θα κουνηθείς από τη θέση σου, θα πεις κούφια η ώρα που το ακούει. Θα κάνεις με λίγα λόγια ό,τι μπορείς για να μη συμβεί σε εσένα. Ό,τι μπορείς;

Κι όμως η αλήθεια είναι ότι υπάρχουν εξίσου απλά αλλά πολύ πιο ουσιαστικά πράγματα που μπορείς να κάνεις για να “ξορκίσεις” τον καρκίνο. Και σε αυτά ακριβώς τα πράγματα σου κατευθύνει την προσοχή η νέα καμπάνια της **Εταιρίας Ογκολόγων Παθολόγων Ελλάδος**, επισημαίνοντάς μας πως με πολύ μικρές αλλαγές στην καθημερινότητά μας, μειώνουμε σημαντικά τις πιθανότητες να παρουσιάσουμε κάποιου είδους καρκίνου. Οι αλλαγές έχουν να κάνουν με τη διατροφή, τη διακοπή του καπνίσματος και τη μείωση του αλκοόλ, την άσκηση και την προστασία από τον ήλιο. Η ΕΟΠΕ μάς θυμίζει πως αυτά τα μικρά βήματα που μπορεί ο καθένας να κάνει όσο εύκολα θα μπορούσε να χτυπήσει ξύλο, δεν αποτελούν μια ασαφή οδηγία για καλύτερη ζωή, αλλά έχουν ουσιαστικό αντίκρουσμα, δεδομένου ότι, όπως μαθαίνουμε μέσω της καμπάνιας, 50% των πιο συχνών καρκίνων μπορεί να προληφθεί. Ένα μήνυμα έρχεται για να ολοκληρώσει την επικοινωνία, συνοψίζοντας: **Μην εύχεσαι να μη σου τύχει. Φρόντισε να μη σου συμβεί.**

Καρκίνος;
~~Χτύπα ξύλο!~~

Φάε σωστά
Μην καπνίζεις
Αθλήσου
Βάλε αντηλιακό

Με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας κατά του Καρκίνου την 4η Φεβρουαρίου, η Αθήνα αλλά και άλλες πόλεις της περιφέρειας γέμισαν με αφίσες στις στάσεις λεωφορείων με την υποστήριξη του **Politis Group**. Η καμπάνια αποτελείται από πέντε θέματα, ένα γενικό και τέσσερα θέματα αφιερωμένα στους τέσσερις πυλώνες της πρόληψης: διατροφή, αλκοόλ και τσιγάρο, σωματική άσκηση, προστασία από τον ήλιο.



Καρκίνος; Κουνήσου από τη θέση σου!

Και σήκω, βγες από το σπίτι,
πήγαινε μια βόλτα, αθλήσου.

Γιατί όταν αθλείσαι τακτικά
και κρατάς το σώμα σου ενεργό
και δυνατό, μειώνεις σημαντικά
τις πιθανότητες να παρουσιάσεις
κάποιο είδος καρκίνου.

**Θυμήσου, 50% των καρκίνων
μπορεί να προληφθεί.**

Καρκίνος; Φάε τη γλώσσα σου!

Και τη σαρδέλα σου, και τα
φρούτα και τα λαχανικά σου.

Γιατί όταν κάνεις μια ισορροπημένη
διατροφή και κρατάς ένα σωστό
βάρος, μειώνεις σημαντικά τις
πιθανότητες να παρουσιάσεις
κάποιο είδος καρκίνου.

**Θυμήσου, 50% των καρκίνων
μπορεί να προληφθεί.**

Καρκίνος; Μακριά από μας!

Μακριά από μας κρατάμε το
τσιγάρο και το πολύ ποτό.

Γιατί όταν κόβεις το κάπνισμα
και αποφεύγεις την υπερβολική
κατανάλωση αλκοόλ, μειώνεις
σημαντικά τις πιθανότητες να
παρουσιάσεις κάποιο είδος
καρκίνου.

**Θυμήσου, 50% των καρκίνων
μπορεί να προληφθεί.**

Καρκίνος; Κούφια η ώρα!

Κάθε ώρα που εκτίθεσαι στον
ήλιο δεν είναι κούφια, μετράει
αρνητικά για το δέρμα σου.

Γιατί όταν φροντίζεις να μην
ξεχνάς το αντηλιακό σου,
μειώνεις σημαντικά τις
πιθανότητες να παρουσιάσεις
κάποιο είδος καρκίνου.

**Θυμήσου, 50% των καρκίνων
μπορεί να προληφθεί.**

Τα τέσσερα θέματα παίρνουν αφορμή από τέσσερις συνηθισμένες αντιδράσεις στο άκουσμα της λέξης καρκίνος και ανατρέπουν το νόημα για να δώσουν ουσιαστικές συμβουλές, αλλαγές που μπορούν να έχουν σ' αλήθεια αποτέλεσμα στην πρόληψη κατά του καρκίνου.

**Μην εύχεσαι να μη σου τύχει.
Φρόντισε να μη σου συμβεί.**

Η καμπάνια θα τρέξει για τις επόμενες εβδομάδες στο κέντρο της Αθήνας και την ευρύτερη Αττική, στη Θεσσαλονίκη, την Πάτρα και το Ηράκλειο με την υποστήριξη της **Περιφέρειας Κρήτης**, ενώ έχει παρουσία και στο διαδίκτυο και τα social media με posts και σειρά σύντομων βίντεο. Το concept και το σχεδιασμό της καμπάνιας υπογράφει το νέο agency στον χώρο της επικοινωνίας **Sunny Side Up** (www.sunnysideup.fyi).

Καρκίνος; ~~Χτύπα ξύλο!~~

Φάε σωστά
Μην καπνίζεις
Αθλήσου
Βάλε αντηλιακό

Με μερικές απλές αλλαγές στη ζωή σου, μειώνεις σημαντικά τις πιθανότητες να παρουσιάσεις κάποιο είδος καρκίνου.

Θυμήσου, 50% των καρκίνων μπορεί να προληφθεί.

Μην εύχεσαι να μη σου τύχει.
Φρόντισε να μη σου συμβεί.

4 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ
ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ



www.hesmo.gr

ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΟΓΚΟΛΟΓΩΝ
ΠΑΘΟΛΟΓΩΝ
ΕΛΛΑΔΑΣ