

## O bezpiecznym sporcie w Radiu Gdańsk

**Wojciech Zaręba** i **Jakub Ławnicki** z Zakładu Fizjoterapii GUMed byli gośćmi audycji Radia Gdańsk *Bądź zdrow – bez kolejki*. Spotkanie odbyło się 10 kwietnia br. w Sali Koncertowej im. Janusza Hajduna w Radiu Gdańsk. Rozmawiano m.in. o tym czy bieganie jest bezpieczne, jakie korzyści zdrowotne wynikają z regularnej aktywności fizycznej i jak się mądrze przygotować do uprawiania sportu, zwłaszcza po długiej bierności. Fizjoterapeuci GUMed opowiedzieli, jakie są najczęstsze urazy oraz na co narażone są stawy biegacza oraz rowerzysty. Ponadto zademonstrowali ćwiczenia wzmacniające i rozciągające, opowiedzieli też jak trenować bezpiecznie dla organizmu. Nie zabrakło rozmowy o sprzęcie i stabilizatorach, które pomagają przy urazach i o dochodzeniu do sprawności przy ich pomocy. Spotkanie prowadziły Joanna Stan-

kiewicz i Joanna Matuszewska, dziennikarki specjalizujące się w tematyce zdrowia. Relacja została wyemitowana 13 kwietnia br. o godz. 17:30 w Radiu Gdańsk.

Spotkanie było kolejnym z cyklu, które organizuje Uczelnia wspólnie z Radiem Gdańsk. Gośćmi poprzedniej audycji byli znani gdańscy ortopedzi – **prof. Tomasz Mazurek** i **dr hab. Rafał Pankowski**, natomiast 15 maja o godz. 16 ze słuchaczami spotkają się kardiologzy GUMed – **prof. Marcin Fijałkowski** i **dr Krzysztof Chlebus** z I Katedry i Kliniki Kardiologii. Rozmowy lekarzy i naukowców Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego ze słuchaczami Radia odbywać będą się cyklicznie, w drugi poniedziałek miesiąca

Joanna Śliwińska,  
rzecznik prasowy



## Porozumienie o współpracy z Radiem Gdańsk

**Prof. Marcin Gruchała**, rektor Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego i **Andrzej Liberadzki**, prezes Zarządu Radia Gdańsk SA podpisali 13 kwietnia br. porozumienie o współpracy w zakresie edukacji zdrowotnej mieszkańców nasze-

go regionu. Obie instytucje będą wspólnie działać na rzecz szerzenia wiedzy o: zdrowiu, profilaktyce chorób i metodach leczenia dostępnych zwłaszcza na Pomorzu. W ramach współpracy zainicjowano cykl spotkań z mieszkańcami naszego regionu pod nazwą *Bądź zdrow – bez kolejki*. Raz w miesiącu w Sali Koncertowej im. Janusza Hajduna w Radiu Gdańsk ze słuchaczami spotykają się specjaliści GUMed różnych specjalności. Fachową wiedzą i poradami ze słuchaczami dzielili się już ortopedzi i fizjoterapeuci, a bohaterami majowej audycji będą kardiologzy. Relację ze spotkania można usłyszeć kilka dni później w Radiu Gdańsk. Koordynatorami projektu są **red. Joanna Matuszewska**, dziennikarka specjalizująca się w tematyce medycznej oraz **Joanna Śliwińska**, rzecznik prasowy GUMed. Współprowadzącą audycję jest również **Joanna Stankiewicz**, dziennikarka Radia Gdańsk. ■

