

Środa z profilaktyką 2020 - harmonogram

Środa z profilaktyką to cykliczna akcja Narodowego Funduszu Zdrowia, poświęcona profilaktyce chorób i promocji zdrowia. Dla kogo Formuła akcji ma zachęcić pacjentów do działania, wspierać postawy prozdrowotne, uczyć odpowiedzialności za własne zdrowie, zacieśniać współpracę z organizacjami pacjenckimi, a także budować pozytywny wizerunek NFZ wśród pacjentów. Przeznaczona jest dla osób w różnym wieku, które chcą zmienić swoje życie na zdrowsze, a także dla tych którzy nie potrafią odnaleźć się w życiu z chorobą. Czego się dowiesz Każda środa to inny, ważny aspekt naszego zdrowia, choć najwięcej z nich poświęconych jest zapobieganiu cukrzycy i otyłości. Współpracujemy z organizacjami pacjenckimi, diabetologami, ze specjalistami zajmującymi się aktywnością fizyczną. Zagadnienia akcji „Środa z profilaktyką” powiązane są z najważniejszymi ogólnopolskimi lub międzynarodowymi inicjatywami prozdrowotnymi. Tematami kluczowymi dla nas są otyłość i cukrzyca, programy profilaktyczne, raporty NFZ oraz kampanie edukacyjne. Na stronie Akademii NFZ zamieszczamy informacje, materiały edukacyjne i broszury przygotowane na wybrany temat. W każdą kolejną środę na kanale YouTube Akademii NFZ udostępniamy filmy, wywiady z ekspertami w dziedzinie profilaktyki chorób i promocji zdrowia.

HARMONOGRAM NA 2021r. DATA TEMAT 13 stycznia Szczepienia jako skuteczna forma zapobiegania chorobom 20 stycznia Aktywność sposobem na otyłość - 8 tygodni do zdrowia 27 stycznia Rak szyjki macicy - dzięki cytologii można go pokonać 3 lutego Dzień Walki z Rakiem - Nowotwory głowy i szyi 10 lutego Polipragmazja - interakcje leków z ziołami, suplementami 17 lutego Depresja w czasach COVID 24 lutego Cukrzyca - profilaktyka cukrzycy u dzieci 3 marca Otyłość u dzieci 10 marca Ucho i słuch - zagrożenie hałasem 17 marca Profilaktyka chorób nerek 24 marca Rak jelita grubego 31 marca Profilaktyka uzależnień - internet, nowe technologie 7 kwietnia Choroby odkleszczowe 17 kwietnia Zdrowe zęby = zdrowe serce. Tydzień dla serca 21 kwietnia Cukrzyca - profilaktyka cukrzycy u kobiet w ciąży 28 kwietnia Dzień Trzeźwości - profilaktyka uzależnień. Alkohol 5 maja Choroby układu krążenia 12 maja Dietoprofilaktyka - Dzień Walki z Otyłością 19 maja Nowotwory układu pokarmowego 26 maja Światowy Dzień bez Tytoniu - profilaktyka uzależnień. Tytoń i e-papierosy 2 czerwca Dni Walki z Rakiem - nowotwory męskie 9 czerwca Profilaktyka osteoporozy 16 czerwca Krwiodawstwo - regularne badanie krwi. Morfologia. 23 czerwca Profilaktyka chorób oczu. Jak dbać o oczy 30 czerwca Dzień walki z cukrzycą - Dieta dla Seniora 7 lipca Otyłość a menopauza 14 lipca Dzień bez telefonu komórkowego 21 lipca Dietoleczenie w alergiach pokarmowych 28 lipca Dzień WZW 4 sierpnia Cukrzyca typu I i II. Różnice 11 sierpnia Rak skóry - czerniak 18 sierpnia Higiena mycia rąk 25 sierpnia Profilaktyka stresu 1 września Profilaktyka cukrzycy - ruch i dieta 8 września Pierwsza pomoc 15 września Rak prostaty 22 września Alzheimer i choroby mózgu 29 września Dzień serca 6 października Depresja i zdrowie psychiczne 13 października Rak piersi 20 października Dzień Seniora - profilaktyka dny moczanowej 27 października Dzień walki z otyłością - Diety NFZ 3 listopada Polipragmazja 10 listopada Rak jąder - Akcja Movember 17 listopada POChP 24 listopada Higiena stylu życia - sen 1 grudnia Gruźlica i choroby płuc 8 grudnia Odpowiedzialna profilaktyka zdrowotna 15 grudnia Otyłość - „odtłuszczamy” Świąta/ Mikołaj detektywem cukru 22 grudnia Alergie wziewne. Zima idealny czas na

testy 29 grudnia Noworoczne postanowienia dla zdrowia