

Zróbcie sobie tydzień zdrowia dla rodziny!

Zróbcie sobie tydzień zdrowia dla rodziny! Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ przygotował kilka wydarzeń dotyczących zdrowia dla całej rodziny. „TYDZIEŃ ZDROWIA RODZIN” w dniach 26 maja - 2 czerwca to akcja, promująca zdrowe nawyki a także propagowanie wiedzy na temat profilaktycznych programów zdrowotnych. Podczas całego Tygodnia Zdrowia każda osoba, która odwiedzi sale obsługi w OW NFZ, otrzyma zestaw ulotek oraz Karnet Zdrowia z zaproszeniem do wykonania bezpłatnych pomiarów w kiosku profilaktycznym, a także kompleksową informację na temat programów profilaktycznych oraz miejsc, w których takie badania można wykonać. W kioskach klienci będą mogli wykonać najważniejsze pomiary: wzrostu, masy ciała, BMI, składu ciała, ciśnienia tętniczego krwi. Wydrukowane wyniki pomiarów będą można omówić z doradcą, na stanowisku ds. profilaktyki i promocji zdrowia. Doradcy będą również informować o możliwości skorzystania z kalendarza badań dla kobiet, mężczyzn i dzieci, na stronie Akademii NFZ <https://akademia.nfz.gov.pl/kalendarz-badan/> . Ponadto: 26 maja wraz z Zielonogórkami Amazonkami świętujemy Dzień Mamy w plenerze podczas wspólnego pikniku na zielonogórskim deptaku (przy Bachusie w godz. 12.00-14.00). Podczas wydarzenia doradcy obsługujący klientów z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia będą informowali o:

- programach profilaktycznych NFZ i MZ dedykowanych dla poszczególnych grup i udzielali szczegółowych informacji o możliwościach zapisu oraz placówkach realizujących dany program profilaktyczny,
- przedłużonym programie „Profilaktyka 40 PLUS”.

Dodatkowo:

- klient otrzyma też w razie potrzeby wykaz placówek medycznych oraz aktualną trasę postoju mammobusów w województwie lubuskim,
- doradca przy pomocy tabletu zademonstruje działanie aplikacji „MojeFizjo+” oraz wskaże gdzie znaleźć plan treningowy z programu „8 tygodni do zdrowia”,
- każdy z odwiedzających będzie poinformowany o możliwości skorzystania z pomiarów w kiosku profilaktycznym wewnątrz siedziby Lubuskiego Oddziału NFZ i otrzyma Karnet Zdrowia
- dla najmłodszych przygotujemy odrębne stoisko z grami i zabawami plenerowymi

Wraz z naszymi doradcami poradę będą udzielały przedstawicielki organizacji pacjenckiej Amazonki, które będą prowadziły przy użyciu fantomów warsztaty samobadania piersi. 27 maja organizujemy wydarzenie, które odbędzie się w plenerze, na placu przy 105 Kresowym Szpitalu Wojskowym w Żaganiu pod hasłem „BadaMy Mamy”. Partnerami wydarzenia są Powiat Żagański, 105 Kresowy Szpital Wojskowy w Żarach, IMPFSA, oraz Państwowa Inspekcja Sanitarna. W ramach wydarzenia odbędą się min:

- konsultacje z doradcami ds. profilaktyki i promocji zdrowia
- konsultacje dotyczące Programu „Profilaktyka 40 PLUS”
- pomiary wskaźnika BMI i tkanki tłuszczowej
- warsztaty z pierwszej pomocy przedmedycznej
- cytologia
- pomiary zawartości tlenu w wydychanym powietrzu
- dla najmłodszych stoisko z grami i zabawami plenerowymi.