

VAŠE ZDRAVÍ HRAJE O ČAS 🕒



Cílem projektu je seznámit srozumitelnou formou větší skupiny dospělé populace o preventivním chování každého dospělého jedince. Jednotlivé workshopy v sobě kloubí teoretické poznatky (nové poznatky vědecké, epidemiologická data) a praktické zkušenosti zdravotnických pracovníků s možností individuálního prožitku a vyzkoušení každého posluchače.

Tematickým obsahem je primární prevence – úloha správné životosprávy, vhodné výživy, úlohy pohybové aktivity, zmírnění stresu, nekouření a další preventivní chování, které přispívá k udržení zdraví. Možnost aktivního zapojení do prevence – samovyšetřování jako základní nástroj pro včasnou diagnostiku a také možnost preventivních prohlídek a aktuální přehled nabídky jednotlivých pojišťoven. Benefitem pro posluchače je praktický nácvik samovyšetření i ukázka vyšetřovacích metod při screeningových vyšetřeních ve zdravotnických zařízeních.

Cílem je edukace dospělé populace s pomocí předcházet nadměrnému počtu pacientů s pokročilým nádorovým onemocněním v nemocnicích. V širším horizontu takový projekt přispívá také ke snížení pracovní neschopnosti zaměstnanců, a ke zvýšení jejich kvality života. Předpokládáme, že poznatky přenesou i do vlastních rodin a tím bude dopad širší.