DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI
WE WROCŁAWIU

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

Ministerstwo Zdrowia
WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI
DOLNY ŚLĄSK
NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

STYCZEŃ – Zadbaj o głowę

Cel: Wzmocnienie zdrowia psychicznego i odporności na stres

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
rozmawiania o emocjach, szukania wsparcia i budowania codziennych nawyków, które pomagają radzić sobie ze stresem

Ministerstwo Zdrowia | Wojewoda Dolnośląski | Dolny Śląsk | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

LUTY – Zadbaj o serce

Cel: Poprawa profilaktyki chorób układu krążenia

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do: regularnego mierzenia ciśnienia, badań oraz codziennej aktywności fizycznej

Ministerstwo Zdrowia | WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI | DOLNY ŚLĄSK | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

MARZEC – Badaj się, nie odkładaj

Cel: Zwiększenie liczby badań profilaktycznych kobiet

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
wykonywania cytologii i regularnych badań ginekologicznych

Ministerstwo Zdrowia | WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI | DOLNY ŚLĄSK | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

KWIECIEŃ – Zmień nawyki na lepsze

Cel: Ograniczenie używek
i promowanie zdrowego stylu życia

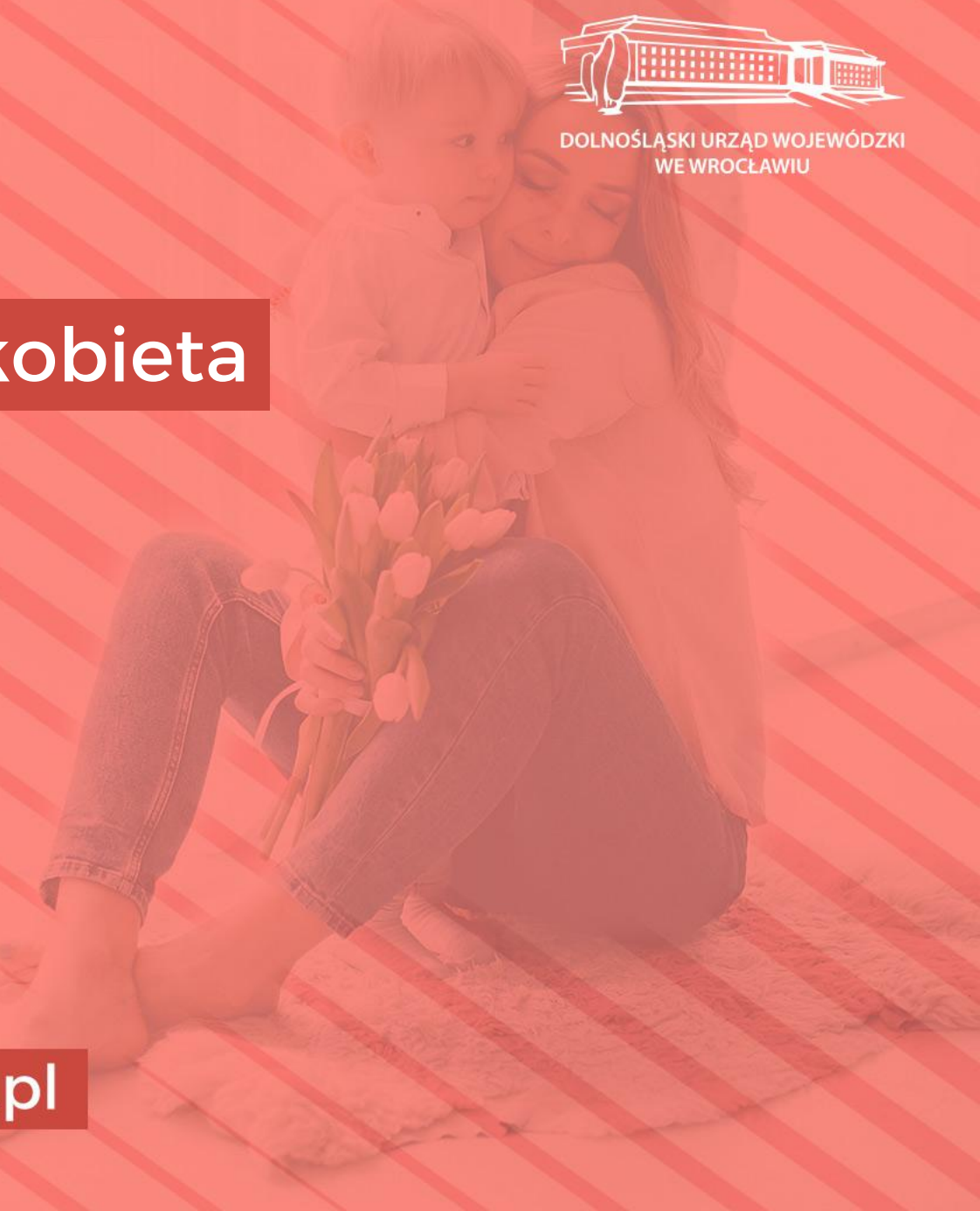
Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
zdrowszej diety, większej aktywności
oraz rezygnacji z używek

Ministerstwo Zdrowia | WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI | DOLNY ŚLĄSK | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU



MAJ – Zdrowa mama, zdrowa kobieta zdrowa rodzina

Cel: Wzmocnienie roli kobiet w profilaktyce zdrowia w rodzinie

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
regularnych badań kobiet oraz dbania o zdrowie całej rodziny

Ministerstwo Zdrowia | Wojewoda Dolnośląski | Dolny Śląsk | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

CZERWIEC – Zdrowe dzieci, zdrowa przyszłość

Cel: Budowanie zdrowych nawyków u dzieci

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
ruchu, zdrowego jedzenia i dbania
o prawidłowy rozwój najmłodszych

Ministerstwo Zdrowia | WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI | DOLNY ŚLĄSK | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI
WE WROCŁAWIU

LIPIEC – Podaruj życie

Cel: Zwiększenie świadomości o dawstwie narządów

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
poznania zasad transplantacji
i przełamywania mitów

Ministerstwo Zdrowia
WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI
DOLNY ŚLĄSK
NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

SIEPRIEŃ – Porozmawiaj z bliskimi

Cel: Zwiększenie liczby świadomych decyzji o dawstwie narządów

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
rozmów w rodzinie i wyrażania swojej woli w sprawie dawstwa

Ministerstwo Zdrowia | Wojewoda Dolnośląski | Dolny Śląsk | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

WRZESIEŃ – Wracamy do zdrowia

Cel: Powrót do profilaktyki po wakacjach

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
wykonania podstawowych badań
i powrotu do zdrowych nawyków

Ministerstwo Zdrowia | WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI | DOLNY ŚLĄSK | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI
WE WROCŁAWIU

PAŹDZIERNIK – Różowy październik

Cel: Zwiększenie wykrywalności raka piersi

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
mammografii i regularnego samobadania

Ministerstwo Zdrowia
WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI
DOLNY ŚLĄSK
NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

LISTOPAD – Mężczyzno, badaj się

Cel: Poprawa profilaktyki zdrowia mężczyzn

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
wykonywania badań profilaktycznych
i dbania o zdrowie na co dzień

Ministerstwo Zdrowia | WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI | DOLNY ŚLĄSK | NFZ

www.duw.pl

Dolnośląski Kalendarz Badań Profilaktycznych

DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI WE WROCŁAWIU

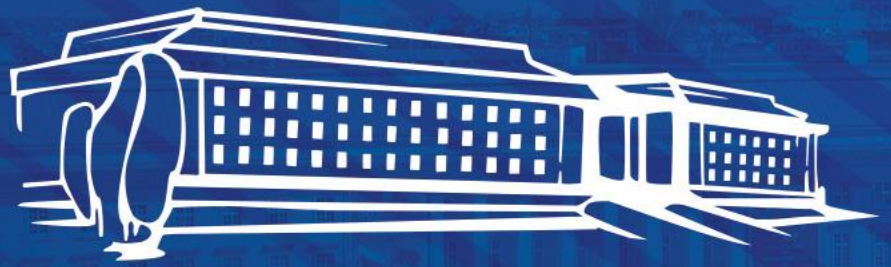
GRUDZIEŃ – Sprawdź swoje zdrowie

Cel: Podsumowanie zdrowia i ograniczenie ryzyka

Na Dolnym Śląsku – zachęcamy do:
wykonywania zaległych badań oraz bezpiecznych decyzji w okresie świątecznym

Ministerstwo Zdrowia | Wojewoda Dolnośląski | Dolny Śląsk | NFZ

www.duw.pl



DOLNOŚLĄSKI URZĄD WOJEWÓDZKI
WE WROCŁAWIU

Ministerstwo Zdrowia

WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI

DOLNY ŚLĄSK

NFZ

www.duw.pl