



PROFILAKTYKA W MAŁOPOLSCE

Konferencja
ZDROWIE W CENTRUM UWAGI
MAŁOPOLSKA KONFERENCJA PROFILAKTYKI I PROMOCJI ZDROWIA

Kraków, 17 maja 2023 roku

Katarzyna Kosik-Gajewska
Zastępca Dyrektora Departamentu
Zdrowia, Rodziny, Równego Traktowania i Polityki Społecznej
Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego

KAMPANIA EDUKACYJNA





Jak bezpiecznie stosować leki?

Kampania informacyjno-edukacyjna
na temat bezpieczeństwa stosowania leków i suplementów diety wśród seniorów

Działania zrealizowane w 2022 roku:

- **Audycja informacyjno-edukacyjna;**
 - emisja w TVP Kraków w dniach 25.10, 28.10, 4.11, 7.11, 9.11 oraz 11.11.2022 r.,
 - emisja w pociągach Kolei Małopolskich i Polregio w dniach 5.12.2022 – 31.01.2023 r.,
 - publikacja w Telewizji Małopolska i mediach społecznościowych.
- **Plakaty i ulotki** udostępnione w Wojewódzkich Podmiotach Leczniczych.



Link do audycji o bezpiecznym stosowaniu leków

<https://www.youtube.com/watch?v=cKHxUzkKY78>



Jak bezpiecznie stosować leki?

Kampania informacyjno-edukacyjna
na temat bezpieczeństwa stosowania leków i suplementów diety wśród seniorów

Działania realizowane w 2023 roku:

- Konferencja edukacyjna dla seniorów
pn.: „**Zdrowie w centrum uwagi**”
- Zeszyt pacjenta (opracowanie i druk).
- Dalsza dystrybucja **plakatów i ulotek**
w gabinetach POZ w województwie małopolskim
oraz kontynuacja emisji audycji w TVP Kraków.



DZIAŁANIA NA RZECZ OSÓB W WIEKU DOJRZAŁYM



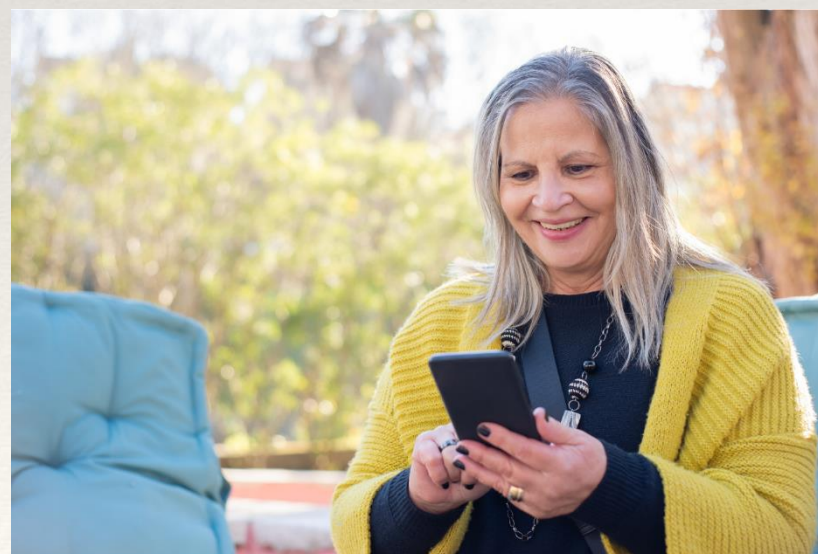


Wiek seniora, a wigor juniora

Otwarty konkurs ofert na realizację w latach 2023-2024 zadań publicznych WM w zakresie działalności na rzecz osób w wieku emerytalnym

Cele zadania:

- Skuteczna **edukacja prozdrowotna** seniorów na rzecz ich pomyślnego starzenia się;
- **Zapobieganie** typowym dla wieku starszego chorobom somatycznym, jak i psychicznym;
- Zwiększenie **dostępności do usług edukacyjnych** oraz zwiększenie różnorodności oferty edukacyjnej dla tej grupy wiekowej;
- Popularyzowanie **aktywności fizycznej** wśród osób starszych poprzez usługi związane z poprawą kondycji fizycznej.





Wiek seniora, a wigor juniora

Otwarty konkurs ofert na realizację w latach 2023-2024 zadań publicznych WM w zakresie działalności na rzecz osób w wieku emerytalnym

Podejmowane działania mają służyć, w szczególności:

- zwiększeniu stopnia aktywności, atrakcyjności oraz poczucia bezpieczeństwa osób starszych;
- wzbogaceniu oferty dla osób starszych w zakresie aktywności fizycznej;
- promocji aktywnego trybu życia, wzrostowi świadomości w zakresie m.in. zapobieganie typowym dla wieku starszego chorobom;
- zwiększeniu udziału seniorów w życiu społecznym i publicznym, podniesieniu poziomu ich aktywności zdrowotnej;
- kreowaniu pozytywnego wizerunku osób starszych.

Finansowanie:

- 2023 r. 500 000 zł,
- 2024 r. 500 000 zł.





PROGRAMY PROFILAKTYCZNE



Przeciwdziałanie
uzależnieniom



Program
onkologiczny



Program
kardiologiczny



Szczepienia
ochronne



Zagrożenia
w sieci



Zapobieganie
nadwadze i otyłości



Zdrowie
psychiczne



Profilaktyka
osteoporozy



Regionalne
Programy Zdrowotne



Zadbaj o swoje zdrowie po 40-stce

Małopolski Program Profilaktyki Choroby Niedokrwiennej Serca

Dla kogo:

Mieszkańcy województwa małopolskiego bez rozpoznanej choroby niedokrwiennej serca, przebytego zawału serca i udaru mózgu, w wieku:

- Kobiety: 40-59 lat,
- Mężczyźni: 40-64 lat.

W ramach Programu bezpłatnie zostaną wykonane:

- badania laboratoryjne,
- konsultacje specjalistyczne,
- edukacja prozdrowotna,
- diagnostyka pogłębiona u osób z licznymi czynnikami ryzyka.

Program jest realizowany od 2022 roku przez **Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II**

***Pamiętajmy, że kondycja naszego serca zależy w dużej mierze od nas samych, a właściwa dieta i zdrowy styl życia są ważne w każdym wieku i w każdym stanie zdrowia.
Dbajmy o siebie!***





Odważ się na zdrowie

Zapobieganie nadwadze i otyłości wśród mieszkańców województwa małopolskiego

Dla kogo:

Mieszkańcy województwa małopolskiego
z BMI pomiędzy 25-45, w wieku:

- Kobiety: 18-60 lat,
- Mężczyźni: 18-55 lat.

W ramach Programu bezpłatnie zostaną wykonane:

- badania laboratoryjne,
- konsultacje specjalistyczne,
- edukacja profilaktyczna,
- zajęcia z aktywności fizycznej na sali gimnastycznej i na basenie.

Program jest realizowany od 2017 roku. W 2023 roku przez **Wojewódzki Szpital Rehabilitacyjny im. dr S. Jasińskiego w Zakopanem** oraz **Małopolski Szpital Chorób Płuc i Rehabilitacji im. Edmunda Wojtyły w Jaroszewcu**





Przechrzyć raka

Prozdrowotne oddziaływania edukacyjne
na rzecz zmniejszenia umieralności na nowotwory w Małopolsce

Dla kogo:

Osoby >20 roku życia, zamieszkałe w województwie małopolskim.

Program obejmuje:

- działania edukacyjne na temat nowotworów złośliwych w lokalnych środkach masowego przekazu
- spotkania o charakterze edukacyjno-informacyjnym, z instruktażem nauki samobadania piersi i jąder,
- Onkologiczny Telefon Zaufania,
- materiały edukacyjne: artykuły tematyczne oraz broszury informacyjne.

Program jest realizowany od 2012 roku przez

Szpital Wojewódzki im. św. Łukasza w Tarnowie





Profilaktyka osteoporozy

Program polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki i wczesnego wykrywania osteoporozy wśród mieszkańców województwa

Dla kogo:

Mieszkańcy województwa małopolskiego:

- kobiety w wieku ≥ 65 lat, kobiety w wieku 40-64 lat z co najmniej jednym dodatkowym czynnikiem ryzyka złamania osteoporotycznego
- mężczyźni w wieku ≥ 75 lat.
- personel medyczny oraz populacja osób dorosłych korzystająca z działań edukacyjnych.

W ramach Programu bezpłatnie zostaną wykonane:

- edukacja prozdrowotna,
- ocena ryzyka wystąpienia poważnych złamań osteoporotycznych z użyciem narzędzia FRAX ,
- pomiar gęstości mineralnej kości (BMD) z wykorzystaniem badania densytometrycznego DXA (technika podwójnej wiązki promieniowania rentgenowskiego),
- konsultacja lekarska.

Program jest realizowany pilotażowo w 2023 roku przez
Szpital Specjalistyczny im. J. Dietla w Krakowie.





www.profilaktykawmałopolsce.pl

Strona internetowa Departamentu Zdrowia, Rodziny, Równego Traktowania i Polityki Społecznej UMWM

Realizowane programy profilaktyczne

- Informacje na temat rekrutacji,
- Kontakt do realizatorów,
- Artykuły tematyczne autorstwa ekspertów.

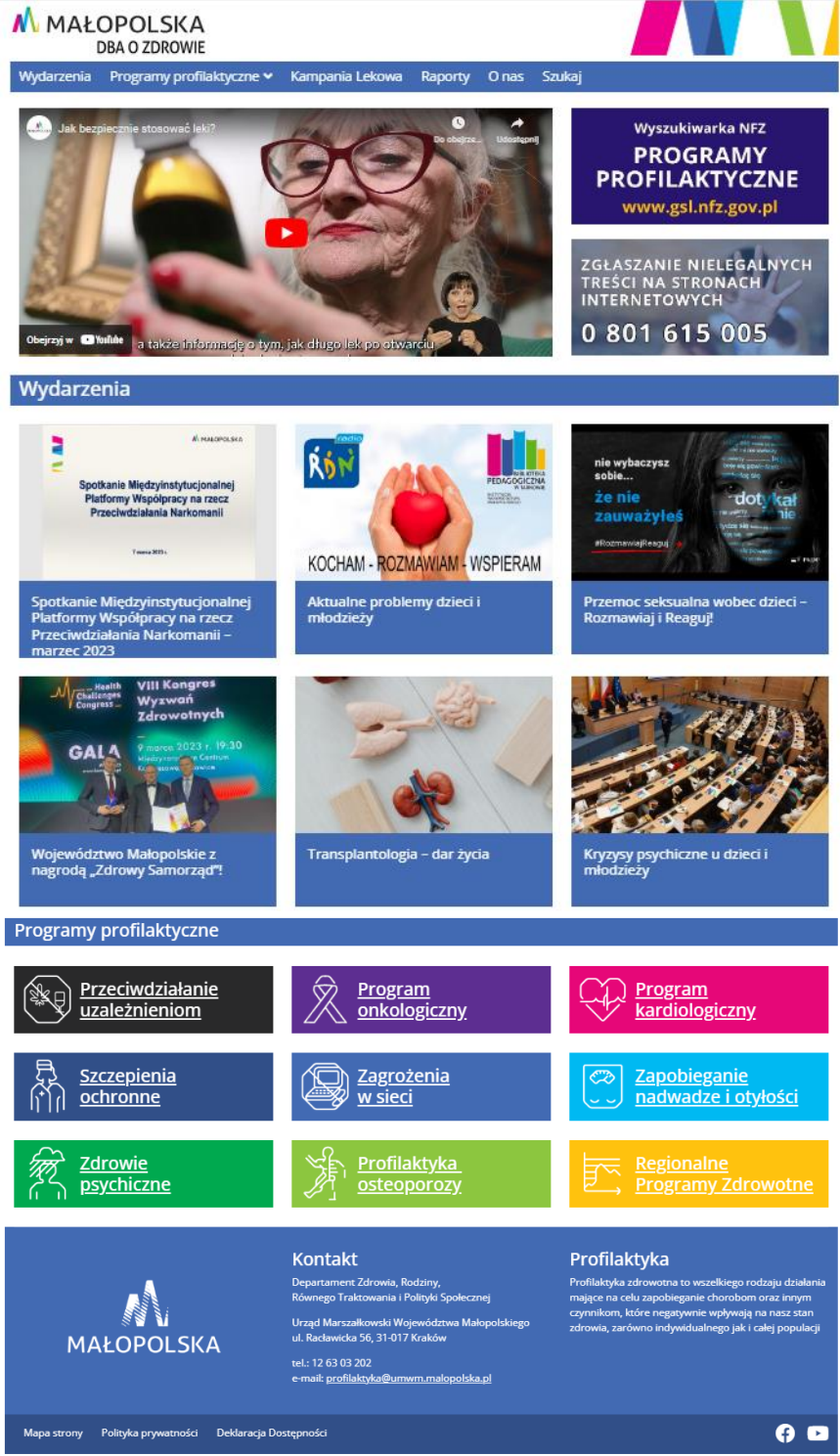
Aktualne organizowane wydarzenia

konferencje, panele i spotkania

Artykuły na temat zdrowia

Informacje, gdzie szukać pomocy

Raporty z realizacji wojewódzkich programów



MAŁOPOLSKA
DBA O ZDROWIE

Wydarzenia Programy profilaktyczne Kampania Lekowa Raporty O nas Szukaj

Jak bezpiecznie stosować lek?

Wyszukiwarka NFZ
PROGRAMY
PROFILAKTYCZNE
www.gsl.nfz.gov.pl

ZGŁASZANIE NIELEGALNYCH
TREŚCI NA STRONACH
INTERNETOWYCH
0 801 615 005

Wydarzenia

Spotkanie Międzyinstytucjonalnej Platformy Współpracy na rzecz Przeciwdziałania Narkomanii

KOCHAM - ROZMAWIAM - WSPIERAM

nie wybaczysz sobie...
że nie zauważyłeś

Przemoc seksualna wobec dzieci - Rozmawiaj i Reaguj!

VIII Kongres Wyzwań Zdrowotnych

Województwo Małopolskie z nagrodą „Zdrowy Samorząd”

Transplantologia – dar życia

Kryzysy psychiczne u dzieci i młodzieży

Programy profilaktyczne

Przeciwdziałanie uzależnieniom

Program onkologiczny

Program kardiologiczny

Szczepienia ochronne

Zagrożenia w sieci

Zapobieganie nadwadze i otyłości

Zdrowie psychiczne

Profilaktyka osteoporozy

Regionalne Programy Zdrowotne

MAŁOPOLSKA

Kontakt
Departament Zdrowia, Rodziny,
Równego Traktowania i Polityki Społecznej
Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego
ul. Racławicka 56, 31-017 Kraków
tel.: 12 63 03 202
e-mail: profilaktyka@umwm.malopolska.pl

Profilaktyka
Profilaktyka zdrowotna to wszelkiego rodzaju działania mające na celu zapobieganie chorobom oraz innym czynnikom, które negatywnie wpływają na nasz stan zdrowia, zarówno indywidualnego jak i całej populacji.

Mapa strony Polityka prywatności Deklaracja Dostępności



MAŁOPOLSKA

Departament Zdrowia, Rodziny,
Równego Traktowania i Polityki Społecznej
Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego

ul. Racławicka 56, 30-017 Kraków

tel.: 12 630 32 02,
e-mail: sekretariat.ps@umwm.malopolska.pl
www.malopolska.pl