



Filmowe poradniki na czas epidemii

Data aktualizacji
2022-12-22

„Bezpieczni w czasie epidemii” to filmy z poradami na temat życia w przedłużającym się stanie epidemii. Wypowiadają się w nich eksperci z dziedziny medycyny, sportowcy, osoby znane z przestrzeni publicznej, a także zwykli przechodnie, którzy wzięli udział w sondzie ulicznej.

Cykl filmów przygotował Narodowy Fundusz Zdrowia, a patronem merytorycznym jest Warszawski Uniwersytet Medyczny.

Każdy z 10 odcinków dotyczy właściwych zachowań w różnych obszarach codziennego życia w dobie epidemii. Eksperti wyczerpująco, ale prostym językiem, odpowiadają na najczęściej zadawane pytania, m.in.: jak się zabezpieczać i dlaczego w ten sposób, jak bezpiecznie się leczyć, gdzie szukać pomocy w razie nagłego zachorowania, jak podróżować, jak zadbać o zdrowie i kondycję, czy się szczepić na inne choroby. Jeśli masz wątpliwości, czujesz się zagubiony, bo dostałeś już zbyt wiele porad, jeśli chcesz w przystępny sposób przyswoić zasady postępowania, te filmy są dla Ciebie.

Wszystkie filmy będzie można obejrzeć na kanale YouTube – [Akademia NFZ](#).

- [Wiedza oparta na faktach](#): prof. Zbigniew Gaciong, prof. Katarzyna Życińska, red. Tomasz Rożek.

Czyli o tym, jak weryfikować informacje na temat koronawirusa.

- [Higiena i bezpieczeństwo](#): prof. Marcin Czech, dr Paweł Grzesiowski, dr Łukasz Goździkiewicz

- [Jak korzystać z podstawowej opieki zdrowotnej \(POZ\)?](#): dr Agnieszka Mastalerz-Migas, dr

Sutkowski, dr Magdalena Krajewska

- [Jak korzystać z opieki ambulatoryjnej \(AOS\)?](#): prof. Zbigniew Gaciong, dr Piotr Dąbrowiecki,

Urszula Jaworska

- [Jak korzystać z opieki szpitalnej?](#): prof. Mirosław Wielgoś, prof. Jan Walewski, Ewa Błaszczyk

- [W zdrowym ciele zdrowy duch!](#): prof. Marcin Wojnar, psycholog Dorota Minta, dr Anna Plucik-

Mrożek

- **Żywienie ma znaczenie!**: prof. Leszek Czupryniak, dr Leszek Borkowski, Grzegorz Łapanowski
- **Podróże bez ryzyka**: prof. Małgorzata Wiśłowska, dr Paweł Grzesiowski, Jarosław Kret
- **Praca w nowej rzeczywistości**: prezes NRA Elżbieta Piotrowska-Rutkowska, dr Grzegorz Juszczyk,
Lidia Zamyłko
- **Nasza odpowiedzialność**: Rzecznik Praw Pacjenta Bartłomiej Chmielowiec, prof. Zbigniew Gaciong,
Anna Śliwińska, prezes Zarządu Głównego Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków