



Filmowe poradniki na czas epidemii

Jak bezpiecznie żyć w czasie COVID-19? Jak korzystać z opieki medycznej, podróżować i pracować? Obejrzyj filmy edukacyjne i zobacz, co radzą eksperci

„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. Eksperci 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](#) .

- 1. Wiedza oparta na faktach** : prof. Zbigniew Gaciong, prof. Katarzyna Życińska, red. Tomasz Rożek. Czyli o tym, jak weryfikować informacje na temat koronawirusa.
- 2. Higiena i bezpieczeństwo**: prof. Marcin Czech, dr Paweł Grzesiowski, dr Łukasz Goździkiewicz
- 3. Jak korzystać z podstawowej opieki zdrowotnej (POZ)?** : dr Agnieszka Mastalerz-Migas, dr Sutkowski, dr Magdalena Krajewska
- 4. Jak korzystać z opieki ambulatoryjnej (AOS)?** : prof. Zbigniew Gaciong, dr Piotr Dąbrowiecki, Urszula Jaworska
- 5. Jak korzystać z opieki szpitalnej?** : prof. Mirosław Wielgoś, prof. Jan Walewski, Ewa Błaszczuk
- 6. W zdrowym ciele zdrowy duch!** : prof. Marcin Wojnar, psycholog Dorota Minta, dr Anna Plucik-Mrożek

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

Za infor