

Dny zdraví ČZU 2023

7.11.2023 - | Česká zemědělská univerzita v Praze

Nádorová onemocnění jsou celosvětově hlavní příčinou úmrtí. Znalost rizik a uvědomělý životní styl jsou nejlepšími nástroji pro předcházení vzniku onemocnění, včasná diagnostika je zase nejlepším nástrojem úspěšné léčby.

Program je skutečně pestrý, bude vás bavit a hlavně vám může pomoci žít zdravěji, lépe a radostněji:

15. listopadu | od 9:00 do 15:00 hod. | AULA ČZU

Přijďte si ve středu 15. 11. osahat a vyzkoušet různé modely pro preventivní samovyšetření prsou a varlat, ať víte, jak samovyšetření správně provádět a co vlastně hledat. Nebo si přijďte otestovat své znalosti případně se dozvědět něco nového. To vše nabídnou interaktivní stánky SZÚ.

Na interaktivních stáncích najdete:

Harmonogram akce:

9:00 – 9:30 hod. Seznámení s problematikou onkologické prevence (přednáška)

9:30 – 15:00 hod. Interaktivní stánky

16. listopadu | 14:00 hod. | PEF E209

Některé nemoci nebolí, v tom je jejich nebezpečí. Dokud nemáme klinické příznaky, cítíme se zdraví, ale mnohdy je po klinickém nálezů náprava zdlouhavá nebo ne zcela možná. Přijďte si poslechnout, co vše lze laboratorně sledovat a zda a za jakých podmínek to má smysl, pokud chceme být o krok napřed. Moderní věda nabízí fascinující a nové způsoby, jak pečovat o své zdraví a předcházet zbytečným komplikacím. Je pravidelný monitoring zdraví cestou ke kvalitnějšímu zdravějšímu životu a případně ke včasější a úspěšnější léčbě nemocí? S tématem komerčních laboratorních testů a jejich přínosem v rámci prevence proti nemocem vás seznámí MUDr. Jan Špička, MBA z Nexteom.

A něco navíc. **Součástí přednášky bude kvíz. Pro tři nejlepší máme jako dárek připraveno vyšetření Screening civilizačních chorob**, tak neváhejte a přijďte na přednášku.

O firmě NEXTEOM:

NEXTEOM přináší moderní trendy a inovace v péči o zdraví.

Prostřednictvím produktů využívajících moderní laboratorní diagnostické metody přináší nový pohled na vaše zdraví a možnosti péče o něj.

Poskytuje možnosti moderní diagnostiky každému, komu záleží na vlastní budoucnosti.

- Usnadňujeme přístup k nejmodernějším analýzám

- Poskytujeme detailní informace v širokém kontextu

Interpretujeme vědecké poznatky do srozumitelné formy.

od 13. do 16. listopadu | Menza

V Menze po celý týden najdete v nabídce také **dvě zdravější varianty jídel**, z nichž jedno bude bezmasé.

Jíst zdravou, vyváženou stravu s dostatkem ovoce a zeleniny znamená snižovat nejen riziko rakoviny, ale většiny civilizačních onemocnění včetně kardiovaskulárních chorob.

Zároveň Vám zpřístupníme výživové a kalorické hodnoty jídel stravovacího menu.

*Zdravější obědy pro Vás bude v Menze po celý týden připravovat **FIT Brand Chef firmy Delirest services s.r.o. Kristýna Ostratická**. Můžete se těšit na následující nabídku obědů:*

Velmi oceníme, pokud následně vyplníte anonymní anketu ohledně spokojenosti s fungováním Menzy a proběhlou akcí Zdravá Menza.

<https://www.czu.cz/cs/r-7229-aktuality-czu/dny-zdravi-czu-2023-1.html>