

# Srdce jižních Čech bude patřit zdraví. VZP a Jihočeský kraj zvou na den plný prevence

4.9.2026 - | Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR

Jedno odpoledne, jedno místo a spousta možností, jak udělat něco pro své zdraví. Ve čtvrtek 17. září 2026 od 13:00 do 17:00 hodin se náměstí Přemysla Otakara II. v Českých Budějovicích promění v centrum zdraví a prevence. VZP ČR společně s Jihočeským krajem zde pořádají Den jihočeského zdraví a prevence.

Návštěvníci budou moci **zdarma a bez objednání** absolvovat řadu preventivních vyšetření, konzultovat svůj zdravotní stav s odborníky a získat praktické rady, jak o své zdraví lépe pečovat.

## Prevence od hlavy až k patě

Jedním z hlavních hostů bude **prof. MUDr. Petr Arenberger**, který nabídne návštěvníkům **vyšetření kožních znamének dermatoskopem**.

Tím ale nabídka zdaleka nekončí. Zájemci si budou moci nechat **zkontrolovat stav tepen ultrazvukem, změřit glykémii, cholesterol, krevní tlak a pulz, orientačně určit krevní skupinu nebo zjistit BMI a množství tělesného tuku**.

Program se zaměří také na **onkologickou prevenci a samovyšetření prsu, dentální hygienu, zdravou výživu, fyzioterapii, správné držení těla a péči o krční páteř**. Chybět nebude ani **tejповání, sportovní masáže nebo praktická ukázka správné hygieny rukou pod UV světlem**.

## První pomoc na vlastní kůži

Součástí programu bude také **Zdravotnická záchranná služba Jihočeského kraje**, která představí svou práci a techniku. Návštěvníci si budou moci pod vedením záchranářů také **prakticky vyzkoušet první pomoc**.

## VZP a Jihočeský kraj společně pro zdraví

Na stanovišti **VZP ČR** budou kolegové připraveni představit možnosti čerpání **příspěvků z fondu prevence, preventivní programy VZP** a poradit v otázkách veřejného zdravotního pojištění.

Den jihočeského zdraví a prevence je zároveň příležitostí ukázat, jak důležitá je **spolupráce VZP, kraje a zdravotnických partnerů při podpoře prevence přímo v regionech**.

Akce se koná **pod záštitou hejtmana Jihočeského kraje MUDr. Martina Kuby**.

**Přijďte za námi do srdce Českých Budějovic a vezměte s sebou i své blízké. Věnujte pár minut prevenci - svému zdraví tím můžete dát mnohem víc.**

<https://www.vzp.cz/o-nas/aktuality/srdce-jiznich-cech-bude-patrit-zdravi-vzp-a-jihocesky-kraj-zvou-na-den-plny-prevence>