

SCENARIUSZ SZKOLENIA STACJONARNEGO nr 8b

Wersja 1.1

MATERIAŁ DLA TRENERÓW LOKALNYCH

TYTUŁ SZKOLENIA: Badam się, jestem zdrowy/zdrowa

Autorka: Monika Zygmuntowicz, trenerka centralna w obszarze „Zdrowie”

I. INFORMACJE PODSTAWOWE

Obszar tematyczny: Zdrowie

Poziom: średniozaawansowany

E-usługi, programy, narzędzia, których dotyczy szkolenie:

<http://www.medonet.pl/>

<http://www.poradnikzdrowie.pl/>

<http://szczepienia.pzh.gov.pl/>

<https://zip.nfz.gov.pl/GSL/GSL/ProgramyProfilaktyczne>

<http://www.edziecko.pl/>

Czas trwania: 120 minut

II. SZCZEGÓŁOWE CELE EDUKACYJNE

W wyniku szkolenia uczestnik / uczestniczka :

a) Wiedza

- Wie, gdzie szukać informacji o zalecanych szczepieniach,
- Wie, jakie badania profilaktyczne są zalecane,
- Wie, jak wyszukać wiarygodne informacje o poprawnych wynikach badań kontrolnych.

b) Umiejętności

- Umie znaleźć w Internecie kalendarz badań okresowych,
- Umie znaleźć informacje o zalecanych badaniach i szczepieniach oraz ich dostępności,
- Umie znaleźć wiarygodne informacje na temat objawów obserwowanych u siebie lub innych

osób.

c) Postawa

- Rozwija kompetencje cyfrowe zgodnie z własnymi potrzebami,
- Jest zainteresowany systemami informacji i ich działaniem.

Lista kompetencji uczestnika / uczestniczki z „Podstawowego katalogu kompetencji cyfrowych” rozwijanych podczas szkolenia:

(1.1.1) potrafię korzystać z co najmniej jednej przeglądarki internetowej

(1.1.2) umiem wyszukiwać informacje online za pomocą co najmniej jednej wyszukiwarki internetowej

(1.2.1) potrafię sprawdzać i oceniać wiarygodność informacji w Internecie

Lista kompetencji uczestnika / uczestniczki z „Ramowego katalogu kompetencji cyfrowych” rozwijanych podczas szkolenia:

(5.1.1) umiem znaleźć w Internecie wiarygodne informacje o poprawnych wynikach badań kontrolnych i porównać je z własnymi

(5.1.2) umiem znaleźć w Internecie kalendarz badań okresowych właściwy dla mojej sytuacji zdrowotnej i grupy wiekowej

(5.2.3) umiem znaleźć w Internecie informacje o zalecanych (w mojej sytuacji zdrowotnej) badaniach i szczepieniach oraz ich dostępności

(5.2.5) potrafię korzystać z co najmniej jednej e-usługi systemu opieki zdrowotnej (np. Zintegrowanego Informatora Pacjenta, uzyskać Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego, sprawdzać czas oczekiwania na świadczenia medyczne)

(5.3.1) umiem znaleźć w Internecie wiarygodne informacje na temat objawów obserwowanych u siebie lub innych osób

(5.4.2) umiem znaleźć w Internecie informacje na temat prawidłowego rozwoju lub niepokojących objawów zdrowotnych u dziecka

(5.4.3) potrafię ocenić jakość informacji dotyczących prawidłowego rozwoju lub niepokojących objawów zdrowotnych u dziecka, a także porównać wiarygodność tych informacji z innymi źródłami

Krótki opis zakładanych korzyści, jakie uczestnik / uczestniczka odniesie dzięki posługiwaniu się e-usługami omawianymi na szkoleniu:

Uczestnik/uczestniczka dzięki posługiwaniu się e- usługami omawianymi na szkoleniu uzyska informacje na temat zalecanych badań profilaktycznych, kalendarza szczepień, bezpłatnych programów profilaktycznych oraz objawów chorób, ich leczenia i profilaktyki.

III. WARUNKI UDZIAŁU UCZESTNIKA / UCZESTNICZKI W SZKOLENIU

Znajomość obsługi komputera na poziomie szkolenia " Pierwsze kroki z komputerem".

IV. POTRZEBNE ZASOBY

Sprzęt komputerowy – minimalne wymagania:

- komputer z dostępem do Internetu;
- procesor min. 1GHz;
- pamięć RAM min 1GB;
- system operacyjny: Windows XP lub Windows Vista lub Windows 7 lub Windows 8 lub Windows 10.
- przeglądarka internetowa: FireFox lub Internet Explorer lub Google Chrome

Oprogramowanie – minimalne wymagania:

- Apache Open Office lub Microsoft Office

Internet - minimalne wymagania:

- dostęp do łącza internetowego o rzeczywistej przepustowości minimum 2 Mbps,

Materiały papiernicze:

- Kartki papieru, długopisy

Inne materiały: -

V. RAMOWY SCENARIUSZ SZKOLENIA

Scenariusz – jak drogowskaz, mapa podróży: opis początku i zakończenia szkolenia należy każdorazowo dostosować do sytuacji danej grupy. W scenariuszach są one opisane w sposób, który pozwala przeprowadzić szkolenie dla grupy, której uczestnicy nie brali dotychczas udziału w innych szkoleniach w ramach projektu, nie znają się. W grupach, dla których to szkolenie jest kolejnym a tym bardziej, gdy uczestniczą w tym samym dniu w więcej niż 2-godzinny szkoleniu – obie części, a przynajmniej rozpoczęcie należy odpowiednio skrócić / uprościć.

Rekomendujemy jednakże aby nie eliminować zawierania tzw. kontraktu (zasad pracy na szkoleniu), przedstawienia celów szkolenia a także elementu ewaluacji – choć mogą być bardzo skrócone. W części głównej szkolenia we wszystkich scenariuszach zostało zaproponowanych na tyle dużo ćwiczeń, aby wypełniły one dodatkowy czas. Można także posłużyć się materiałami z części X aby dopełnić treści szkolenia w przypadku grup, które dobrze sobie radzą z komputerem i wykonują zadania szybciej niż inni.

Czas trwania modułu	Moduł	Czas trwania poszczególnych zagadnień / ćwiczeń	Potrzebne materiały
20-25 min.	Początek szkolenia: - Przedstawienie się trenera/trenerki - Informacja trenera/trenerki o tym, że szkolenie jest realizowane w ramach projektu e-Mocni i współfinansowane ze środków UE - Przedstawienie się uczestników - To jest krokodyl	5 minut	Flipchart, flamastry,

	<p>Prowadzący bierze jakiś przedmiot i rozpoczyna zabawę słowami „Mam na imię... np.: Asia, a to tutaj to krokodyl” i podaje go następnej osobie. Osoba, do której się zwrócił, bierze od niego ten przedmiot i mówi „Nazywam się... np.: Bartek, to jest krokodyl, dostałem go od Asi. Następne osoby, biorąc przedmiot muszą powtórzyć imiona wszystkich poprzednich osób. - Przedstawienie celów szkolenia.</p> <p>- Zebranie na tablicy oczekiwań wobec szkolenia.</p> <p>- Kontrakt – ustalenie zasad współpracy na podstawie wcześniej przygotowanych punktów</p> <p>- Pre-test – wypełnienie ankiety</p>	<p>5 minut</p> <p>5 minut</p> <p>5 minut</p> <p>5 minut</p>	
90 min.	<p>Przebieg szkolenia</p> <p>Trener wprowadza uczestników/uczestniczki do ćwiczenia nr 1 korzystając z prezentacji, następnie przechodzi do ćwiczenia nr 2.</p> <p>Po zakończeniu ćwiczenia nr 2, Trener wprowadza uczestników/uczestniczki do ćwiczenia nr 3 korzystając z prezentacji, następnie przechodzi do ćwiczenia nr 3.</p> <p>Po zakończeniu ćwiczenia nr 3, Trener wprowadza uczestników/uczestniczki do ćwiczenia nr 4 korzystając z prezentacji, następnie przechodzi do ćwiczenia nr 4.</p> <p>Po zakończeniu ćwiczenia nr 4, Trener wprowadza uczestników/uczestniczki do ćwiczenia nr 5 korzystając z prezentacji, następnie przechodzi do ćwiczenia nr 5.</p> <p>Po zakończeniu ćwiczenia nr 5, Trener wprowadza uczestników/uczestniczki do ćwiczenia nr 6 korzystając z prezentacji, następnie przechodzi do ćwiczenia nr 6.</p>	<p>15 minut</p> <p>15 minut</p> <p>15 minut</p> <p>15 minut</p> <p>10 minut</p> <p>15 minut</p>	<p>Flipchart, flamastry, rzutnik, ekran, komputery z dostępem do Internetu</p>
10-15 min.	<p>Zakończenie szkolenia:</p> <p>Rundka pytań:</p> <p>Co mi się najbardziej podobało podczas dzisiejszego dnia? Co ja bym zmienił/a w dzisiejszym dniu?</p> <p>Rundka informacji zwrotnej do trenera</p> <p>Post –test - wypełnienie ankiety</p> <p>Rozdanie zaświadczeń i pożegnanie</p>	<p>5 minut</p> <p>5 minut</p> <p>5 minut</p>	<p>Zaświadczenia</p>

VI. OPIS ĆWICZEŃ DO PRZEPROWADZENIA I WSKAZÓWKI METODOLOGICZNE

Ćwiczenie 1. Badania od A do Z

Praca indywidualna

Metoda: ćwiczenie

Czas ćwiczenia: 15 min.

Uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują **www.medonet.pl**. Trener sprawdza czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę. Klikają zakładkę "**Zdrowie**", a następnie „**Badania od A do Z**”, gdzie znajdą informację na temat jak przygotować się do badania, jak wygląda badanie oraz są przedstawione prawidłowe wyniki.

Trener prosi o znalezienie informacji na temat badania:

- glukozy,
- cholesterolu,
- pomiaru ciśnienia krwi.

Uczestnicy mogą również wyszukać rodzaje badań według własnych potrzeb.

Następnie prosi uczestników, aby odpowiedzieli na pytania:

1. Jak oceniają przydatność informacji znajdujących się na stronie dotyczącej badań?

Ćwiczenie 2. Choroby od A do Z

Praca indywidualna

Metoda: ćwiczenie

Czas ćwiczenia: 15 min.

- a) Uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują **www.medonet.pl**. Trener sprawdza czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę. Klikają zakładkę "**Zdrowie**", a następnie „**Choroby od A do Z**”, gdzie znajdą informację na temat objawów chorób, leczenia i profilaktyki.

Trener prosi o znalezienie informacji na temat chorób:

- nadciśnienia,
- osteoporozy
- boreliozy.

Uczestnicy mogą również wyszukać choroby według własnych potrzeb.

- b) Korzystając z paska wyszukiwania, umiejscowionego w prawym górnym rogu uczestnicy/uczestniczki mają wyszukać informacje na temat **cukrzycy**, jej objawów, leczenia oraz profilaktyki.

Następnie prosi uczestników, aby odpowiedzieli na pytanie:

Jak oceniają przydatność informacji znajdujących się na stronie dotyczącej chorób?

Ćwiczenie 3. Badania profilaktyczne

Praca indywidualna

Metoda: ćwiczenie

Czas ćwiczenia: 15 min.

Uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują **www.poradnikzdrowie.pl**. Trener sprawdza czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę. W pasek wyszukiwania wpisują: **badania profilaktyczne**. Z otrzymanych wyników wyszukują kalendarza badań dla kobiet/mężczyzn i sprawdzają jakie badania są zalecane i jak często należy je wykonywać.

W zakładce **Sprawdź się <Testy** można wykonać testy np. czy masz nadciśnienie tętnicze, czy grozi ci miażdżyca, czy grozi ci jaskra itp.

Następnie prosi uczestników, aby odpowiedzieli na pytanie:

Jak oceniają przydatność informacji znajdujących się na stronie dotyczącej badań profilaktycznych?

Ćwiczenie 4. Wszystko o szczepieniach

Praca indywidualna

Metoda: ćwiczenie

Czas ćwiczenia: 15 min.

Uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują www.szczepienia.pzh.gov.pl. Trener sprawdza, czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę. Z menu po prawej stronie zapoznają się z informacjami na temat szczepień.

Następnie z menu po lewej stronie uczestnik/uczestniczka wybierają szczepionkę przeciwko:

- Grypie,
- WZW A.

Zapoznają się z informacjami na temat szczepionki oraz kalendarzem szczepień.

Uczestnicy mogą również wyszukać szczepionki według własnych potrzeb.

Następnie prosi uczestników, aby odpowiedzieli na pytanie:

Jak oceniają przydatność informacji znajdujących się na stronie dotyczącej szczepień?

Ćwiczenie 5. Gdzie znaleźć informacje o bezpłatnych programach profilaktycznych?

Praca indywidualna

Metoda: ćwiczenie

Czas ćwiczenia: 10 min.

Uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują www.zip.nfz.gov.pl. Trener sprawdza czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę. Klikają ikonę „**Gdzie się leczyć**”. Trener zapoznaje uczestników/uczestniczki z korzystania z wyszukiwarki klikając „**Pomoc i przewodni**”. Następnie klikają „**Programy profilaktyczne**”. Trener zapoznaje uczestników/uczestniczki z korzystania z wyszukiwarki klikając „**Pomoc i przewodnik**”. Następnie uczestnicy/uczestniczki wyszukują programy profilaktyczne w swojej miejscowości lub powiecie. W tym celu wybierają województwo oraz powiat i /lub miejscowość i klikają *Szukaj*.

Trener kontroluje na bieżąco wykonywanie ćwiczenia i pomaga nieradzącym sobie uczestnikom/uczestniczkom. Po wykonaniu zadania trener zadaje pytanie:

1. Czy uważają wyszukiwarkę za przydatne narzędzie do wyszukiwania programów profilaktycznych?

Ćwiczenie 6. Zdrowie i rozwój dziecka

Praca indywidualna

Metoda: ćwiczenie

Czas ćwiczenia: 15 min.

Uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują www.edziecko.pl. Trener sprawdza czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę.

Klikając **Niemowlę < Kalendarz I roku** można sprawdzić rozwój dziecka w tym okresie, w przypadku dzieci starszych wybieramy **Małe dziecko < Rozwój dziecka**. W zakładce „**Zdrowie**” można uzyskać informacje na temat szczepień, badań, pierwszej pomocy oraz chorób dziecięcych, a w zakładce „**Kuchnia**” zdrowego żywienia i przepisów dla dzieci.

Uczestnicy/uczestniczki w zależności od potrzeb sprawdzają informacje na temat rozwoju i zdrowia dziecka, informacje te można porównać z serwisem www.medonet.pl. W tym celu uczestnicy/uczestniczki otwierają przeglądarkę internetową np. Google Chrome/Mozilla Firefox i w pasku adresowym wpisują www.medonet.pl. Trener sprawdza czy wszyscy uczestnicy/uczestniczki mają otwartą właściwą stronę. Klikają zakładkę "**Ciąża i dziecko**", a następnie „**Rozwój dziecka**” czy „**Choroby dziecięce**”.

Następnie prosi uczestników, aby odpowiedzieli na pytanie:

Która z proponowanych stron zawiera wiarygodne informacje dotyczące rozwoju i zdrowia dziecka?

VII. SPECYFIKA SZKOLENIA W ZALEŻNOŚCI OD RODZAJU GRUPY WIEKOWEJ LUB SPOŁECZNO-ZAWODOWEJ, DO KTÓREJ SZKOLENIE JEST SKIEROWANE

	Grupa / uczestnicy	Specyfika szkolenia (metodyka, język, ćwiczenia, oprogramowanie itp.) (jeśli dotyczy)
1.	18-34 lat	nie dotyczy
2.	35-43 lat	nie dotyczy
3.	44-65 lat	nie dotyczy
4.	>65 lat	Osoby mogą potrzebować więcej czasu na wykonanie ćwiczeń.
5.	Osoby z niskim wykształceniem	nie dotyczy
6.	Osoby o niskich dochodach	nie dotyczy
7.	Osoby mieszkające na wsi	nie dotyczy

VIII. PYTANIA DO ANKIETY BADAJĄCEJ PRZYROST KOMPETENCJI UCZESTNIKÓW SZKOLENIA

- W którym serwisie można znaleźć szczegółowe informacje na temat szczepień?
 - www.zip.nfz.gov.pl
 - www.onet.pl
 - www.szczepienia.pzh.gov.pl
- Który z poniższych adresów jest adresem wyszukiwarki:
 - www.szczepienia.pzh.gov.pl
 - www.google.pl
 - www.nfz.gov.pl
- e-usługą oferowaną przez system opieki zdrowotnej jest:
 - www.zip.nfz.gov.pl
 - www.poradnikzdrowie.pl
 - www.medonet.pl
- Na stronie www.medonet.pl możemy uzyskać informacje dotyczące:
 - badania profilaktycznych
 - objawów chorób
 - wszystkie odpowiedzi są prawidłowe
- W celu znalezienia wiarygodnych informacji w Internecie na temat badań profilaktycznych można skorzystać z:

- a) www.google.pl
- b) www.poradnikzdrowie.pl
- c) www.onet.pl

Prawidłowe odpowiedzi: 1c, 2 b, 3a, 4c, 5b

IX. LISTA ZAGADNIEŃ OMÓWIONYCH NA SZKOLENIU


1. Zalecane badania profilaktyczne,
2. Programy profilaktyczne,
3. Choroby –objawy, leczenie i profilaktyka,
4. Zdrowie i rozwój dziecka,
5. Kalendarz szczepień.

X. MATERIAŁY DYDAKTYCZNE DLA UCZESTNIKÓW

1. Prezentacja Power Point wraz z instrukcją do ćwiczeń dla uczestników.
2. Prezentacja Power Point z logo Unii Europejskiej i Funduszy Europejskich w wersji czarno-białej - do wydruku dla uczestników (jako materiały).
3. Materiały edukacyjne - zrzuty ekranowe (printscreen) dot. danej e-usługi.


Ćwiczenie 1. Badania od A do Z

← → ↻ 🏠 www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z,kategoria,195.html ☆ 🔄

 **medonet**
Zdrowie w twoich rękach

🔍

ZDROWIE SEKS CIĄŻA I DZIECKO PSYCHE LEKI WIDEO KALKULATORY



Love
Telewizja zawsze przy Tobie z **Orange TV Go** za jedyne 4,99 zł/mc
Możesz dokupić do pakietu usług **Orange Love**
Sprawdź

Medonet / Choroby od A do Z

ZDROWIE


Choroby od A do Z

Badania od A do Z


Zdrowie dla każdego

Wiadomości

Diety



Zachoruje na nią połowa Polaków. Zadaj się za darmo



NAJWAŻNIEJSZE TEMATY ZDROWOTNE
Zobacz, co mówią o nich nasi specjaliści

[Zadaj pytanie](#)

Zapytaj jednego z naszych ekspertów

Ćwiczenie 2. Choroby od A do Z

← → ↻ 🏠 www.medonet.pl/badania,kategoria,4.html ☆ 🔄

 **medonet**
Zdrowie w twoich rękach

🔍

ZDROWIE SEKS CIĄŻA I DZIECKO PSYCHE LEKI WIDEO KALKULATORY



Najnowocześniejszy w Polsce rezonans magnetyczny 3-teslowy
MAGNETOM Skyra 3T firmy Siemens

Medonet / Badania

ZDROWIE

Choroby od A do Z

Badania od A do Z

Zdrowie dla każdego

Wiadomości

Diety

Zaburzenia odżywiania



Koszmarne badania



NAJWAŻNIEJSZE TEMATY ZDROWOTNE
Zobacz, co mówią o nich nasi specjaliści

[Zadaj pytanie](#)

Zapytaj jednego z naszych ekspertów

Temat

Ćwiczenie 3. Badania profilaktyczne

Ćwiczenie 4. Wszystko o szczepieniach

Ćwiczenie 5. Gdzie znaleźć informacje o bezpłatnych programach profilaktycznych?

ZIP
Zintegrowany Informator Pacjenta

Twój portal

Gdzie się leczyć?

Rejestr Usług Medycznych

Prawo do świadczeń

Przychodnie i szpitale

Nagła pomoc doraźna

Apteki

Punkty zaopatrzenia

Programy profilaktyczne

Inne

Pomoc i przewodnik

Programy profilaktyczne

Wyszukaj programy profilaktyczne

Nazwa programu

Województwo: ŚLĄSKIE

Powiat

Miejscowość

Ulica

Nazwa świadczeniodawcy

Szukaj

Ćwiczenie 6. Zdrowie i rozwój dziecka

GAZETA.PL eDZIECKO

Miesięcznik Dziecko

Dziecko

eDziecko Przed ciążą Cięża i poród Niemowlę Małe dziecko Przedszkolak Szkoła Kuchnia Zdrowie Rodzice Forum Rozrywka Sklep

Odporność i rozwój Drugi rok życia Rozwój dziecka Wychowanie Sen małego dziecka Bezpieczeństwo Wakacje Zakupy

I trymestr ciąży II trymestr ciąży III trymestr ciąży I rok życia

Wiek mojego dziecka: 32 tygodni

Rozwój małego dziecka

Rozwój dziecka - najnowsze artykuły



Zabawki dla chłopców - o czym warto pamiętać w trakcie zakupów?

Zabawki dla chłopców, podobnie jak dla dziewczynek, to bardzo szeroki wątek. Co sprawi radość naszej pociesze? Na co zwrócić uwagę w trakcie wyboru zabawki?

zabawki zabawki dla chłopców

Polecamy



Tylko ząbki? W rzeczywistości zdradzają tajemnice o zdrowiu i rozwoju dziecka. Jak je dokładnie?

www.medonet.pl/ciaza-i-dziecko/rozwoj-dziecka,kategoria,164.html

medonet
Zdrowie w twoich rękach

SZUKAJ

ZDROWIE SEKS CIĄŻA I DZIECKO PSYCHE LEKI WIDEO KALKULATORY

KORZYSTAJ W UNII EUROPEJSKIEJ JAK W KRAJU

nju. mobile

SPRAWDŹ

Medonet / Ciąża i dziecko / Rozwój dziecka

CIĄŻA I DZIECKO

- Co musisz wiedzieć
- Badania w ciąży
- Ciąża tydzień po tygodniu
- Patologia ciąży
- Choroby dziecięce
- Rozwój dziecka**

Ciąża na kacu

NAJWAŻNIEJSZE TEMATY ZDROWOTNE
Zobacz, co mówią o nich nasi specjaliści

Zadaj pytanie

Zapytaj jednego z naszych ekspertów

Temat

4. Materiał typu "Jeśli chcesz wiedzieć więcej?":

1. <http://www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/> - na stronie Ministerstwa Zdrowia można uzyskać informacje m.in. na temat programów profilaktycznych, szczepień, profilaktyki onkologicznej.
2. <http://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/programy-profilaktyczne/> - na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia znajdziemy informacje na temat realizowanych bezpłatnych programów profilaktycznych
3. <http://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/informacje-o-swiadczeniach/podstawowa-opieka-zdrowotna/> - na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia znajdziemy informacje na temat bezpłatnych badań dostępnych w Podstawowej Opiece Zdrowotnej
4. <http://www2.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/mammobusy/> na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia znajdziemy informacje na temat harmonogramu postoju mammobusów, w których bezpłatnie można wykonać mammografię.



Scenariusz dostępny na licencji Creative Commons: Uznanie autorstwa 3.0. Polska. Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego i autorów. Zezwala się na dowolne wykorzystanie materiałów w tym utworów, tworzenia i rozpowszechniania ich kopii w całości lub we fragmentach, wprowadzania zmian i rozpowszechniania utworów zależnych - pod warunkiem zachowania niniejszej informacji licencyjnej i wskazania autorów oraz FRSI jako właścicieli praw do tekstu. Tekst licencji dostępny na stronie: <https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/pl/>.