



# الأولويات الصحية

2024

باقة متكاملة:

خدمات صحية جديدة للوقاية من السرطان

تطلق Sanilog بالتعاون مع UniSalute ، من 1 يونيو/حزيران إلى 31 ديسمبر/كانون الأول 2024، حملة استثنائية للوقاية من السرطان مخصصة ل  
لعمالين والعاملات المنخرطين فيها الذين سيستفيدون من باقة مجانية من  
خدمات الرعاية الصحية لتعزيز الوقاية من السرطان في المناطق  
الخمس في الجسم الأكثر عرضة للإصابة به المشار إليها أدناه:



تم إعداد هذا الملخص كأداة توضيحية مبسطة، ولا يمكن في أي حال من الأحوال، أن يحل محل خطة الرعاية الصحية، التي تظل الوسيلة الوحيدة المعتمدة كمرجعية كاملة وشاملة.

**ملحوظة:** لا تحتاج الخدمات الصحية الوقائية المذكورة أعلاه إلى وصفة طبية (باستثناء التصوير الشعاعي للثدي المشمول في باقة الوقاية من سرطان الثدي). ولكن الحجز ضروري من خلال القنوات المعتادة المخصصة للمنخرطين في UniSalute.

**UniSalute**  
SPECIALISTI NELL'ASSICURAZIONE SALUTE

[—] الرقم الأخضر 81 24 82 800 - تسجيل الدخول UniSalute Up - <https://www.unisalute.it/login>



## أسئلة شائعة

من هم المستفيدون من الحملة الوقائية الاستثنائية؟  
تستهدف الحملة الاستثنائية للوقاية من السرطان حصرياً الموظفين العاملين في الشركات التي تطبق اتفاقية العمل الجماعية الوطنية (CCNL) لقطاع الخدمات اللوجستية ونقل البضائع والشحن، المنخرطين في سانيلوغ (Sanilog).

ما هي مدة حملة الوقاية الاستثنائية؟  
يمكن الاستفادة من الخدمات الصحية من 1 يونيو إلى 31 ديسمبر 2024

أين يمكن إجراء الخدمات الصحية المشمولة في حملة الوقاية الاستثنائية؟  
يجب إجراء الخدمات في المراكز الصحية المتعاقدة مع Unisalute (https://www.unisalute.it/rete-convenzionata).  
تعد الخدمات مجانية وبالتالي لا يجب دفع أي مبالغ لهذه المراكز.

ما هي الخدمات الصحية الوقائية الأخرى التي يمكنني إجراؤها من خلال مؤسسة Sanilog؟  
لمعرفة جميع الخدمات الوقائية المشمولة في خطة الرعاية الصحية الأساسية لـ Sanilog، يُرجى زيارة الموقع على الرابط التالي:  
(https://www.sanilog.info/portfolio-articoli/pacchetto-prevenzione).

كيف يمكن الحصول على مزيد من المعلومات؟  
للمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة موقع Sanilog الإلكتروني: [www.fondosanilog.info](http://www.fondosanilog.info)  
أو مراسلتهم على العنوان [info@fondosanilog.it](mailto:info@fondosanilog.it).

تبدأ الوقاية الجيدة بالوعي بحالتك الصحية:

اتبع الخطوات الأساسية للحصول على تغيير فعال وقم بتحديث أهدافك بانتظام!



■ تكتسب الصحة يوماً بعد يوم من خلال الأهداف السهلة التحقيق.

■ الصحة النفسية والجسدية عبارة عن رحلة مكونة من خطوات: تتأرجح صعوداً وهبوطاً فلا تيأس أبداً.

■ كل شخص قادر على تحسين صحته النفسية والجسدية بوضعه أهداف بسيطة وعملية وسهلة التحقيق. على سبيل المثال، إذا شعرت بأنك بعيداً بما يكفي عن محتوى إحدى التوصيات السابقة، فابدأ بتحقيق واحدة تلو الأخرى، بدءاً من الأسهل.

■ تبنى العزيمة والمثابرة على التغيير دون التخلي عن المتعة. تدريجياً ستلاحظ أن الجوانب التي كنت تربطها بالحرمان والحزن، ستغلب عليها مشاعر جديدة وإيجابية.

■ في لحظات الضعف، يجب أن نكون متسامحين مع أنفسنا. في هذه الحالات، من المفيد إدخال لحظات "التجاوز" في خطة التغيير الخاصة بنا. لأن تجاوز هدف واحد مقابل 9 حالات من النجاح، سيسمح لنا بعدم الشعور بالذنب وتحويلها إلى أداة فعالة لتحقيق الهدف.

■ إن تحقيق الأهداف المحددة يتطلب اتباع خطة منتظمة تتم عبر مراحل.

■ يعد مكان العمل أحد الأماكن العديدة المهمة للصحة ويجب أن يُؤخذ بعين الاعتبار و"استخدامه" للعيش بشكل أفضل.

■ إن حماية صحة الفرد عبارة عن استثمار في المجتمع وبالتالي فهي حق يجب الدفاع عنه وضمانه ودعمه من خلال المشاركة الفعالة للفرد في هذا المجتمع.

## مذكرة

تاريخ المقابلة

التدابير الوقائية

□ القلب والأوعية الدموية □ الثدي □ البروستاتا □ وغيرها

الهدف الصحي

تاريخ المقابلة

التدابير الوقائية

□ القلب والأوعية الدموية □ الثدي □ البروستاتا □ وغيرها

الهدف الصحي

تاريخ المقابلة

التدابير الوقائية

□ القلب والأوعية الدموية □ الثدي □ البروستاتا □ وغيرها

الهدف الصحي