

## **„Silna, zdrowa, świadoma – MAMA. Porozmawiajmy o Twoim zdrowiu!”**

Zapraszamy na wydarzenie „Silna, zdrowa, świadoma – MAMA. Porozmawiajmy o Twoim zdrowiu!”, które odbędzie się 21 maja 2026 r. w godz. 13:00–19:00 w Wojewódzkiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Zbigniewa Herberta przy ul. Sikorskiego 107 w Gorzowie Wielkopolskim. To doskonała okazja, aby zadbać o zdrowie, skorzystać z bezpłatnych konsultacji i zdobyć praktyczną wiedzę dla siebie i swojej rodziny. Zapraszamy - nie tylko Mamy! Organizatorami wydarzenia są: Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ Miasto Gorzów Wielkopolski Partnerzy: Zakład Ubezpieczeń Społecznych w Gorzowie Wielkopolskim Lubuska Okręgowa Izba Aptekarska W programie m.in. : Godz. 13:00–19:00 analiza składu ciała z konsultacją dietetyczną, informacje o programach profilaktycznych i zdrowym stylu życia, konsultacje dotyczące leczenia w ramach NFZ w Polsce i za granicą, prezentacja narzędzi e-zdrowia (IKP, e-rejestracja, e-skierowanie), pomiary ciśnienia, temperatury i saturacji, warsztaty samobadania piersi, kącik edukacyjny dla dzieci i rodzin. Od godz. 13:30 – prelekcje tematyczne dotyczące profilaktyki, korzystania z narzędzi e-zdrowia oraz aktywności zawodowej mam. Godz. 16:00–19:00 stoisko farmaceutów z konsultacjami i pomiarami (cholesterol, glukoza, kwas moczowy) oraz edukacją dotyczącą szczepień HPV, stoisko informacyjne ZUS – porady indywidualne, mZUS i kalkulator emerytalny. Organizatorzy Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ, Miasto Gorzów Wielkopolski. Partnerzy Zakład Ubezpieczeń Społecznych o. w Gorzowie Wielkopolskim, Lubuska Okręgowa Izba Aptekarska.