„Zdrowie na służbie – młodzież w formie!”

Nazwa działania projektowego: Lubuski OW NFZ „Zdrowie na służbie – młodzież w formie!” Miejsce wydarzenia: Świetlica Strażacka ul. Długa 1a, 66-431 Janczewo Data wydarzenia: 18.11.2026 Godzina rozpoczęcia: 17:00 Godzina zakończenia: 18:30 Informacje o wydarzeniu dla pacjentów: Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ zaprasza na wydarzenie profilaktyczne „Zdrowie na służbie – młodzież w formie!”, podczas którego młodzież: Dowie się czym jest profilaktyka zdrowotna i dlaczego warto z niej korzystać; Pozna zasady zdrowego odżywiania oraz dowie się, jak dieta wpływa na energię, koncentrację, wydolność i regenerację organizmu; Uzyska informacje jaki wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne może mieć nadmierne spożywanie produktów wysoko przetworzonych, cukru i napojów energetycznych; Pozna znaczenie aktywności fizycznej i właściwej regeneracji dla sprawności oraz dobrego samopoczucia; Otrzyma praktyczne wskazówki, jak radzić sobie ze stresem i wprowadzać zdrowe nawyki do codziennego życia. Partnerem wydarzenia jest: Ochotnicza Straż Pożarna w Janczewie.

Wydarzenie organizowane w ramach projektu FERS.04.15-IP.07-0003/23, Opieka koordynowana w POZ