

## **Zapraszamy na Dzień Zdrowia Rodzin w Babimoście.**

Już 14 czerwca 2026 r. w godz. 15:00–21:00 na Placu przy Centrum Sportu i Rekreacji w Babimoście odbędzie się wyjątkowe wydarzenie pn. Dzień Zdrowia Rodzin organizowany przez Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ oraz Gminę Babimost. W programie wydarzenia przewidziano liczne bezpłatne badania, konsultacje i atrakcje edukacyjne dla mieszkańców w każdym wieku: promowanie opieki koordynowanej w POZ oraz szeroko pojętej profilaktyki zdrowotnej, w tym regularnych badań profilaktycznych służących wczesnemu wykrywaniu chorób cywilizacyjnych i nowotworowych; badania poziomu glukozy we krwi, cholesterolu oraz kwasu moczowego, a także analiza składu ciała (m.in. pomiar ciśnienia tętniczego, BMI, poziomu tkanki tłuszczowej i mięśniowej oraz poziomu nawodnienia organizmu) wraz z indywidualnym omówieniem wyników i edukacją zdrowotną; promowanie programów profilaktycznych realizowanych przez NFZ, w szczególności programu profilaktyki raka piersi i programu profilaktyki raka szyjki macicy; edukacja uczestników w zakresie korzystania z narzędzi e-zdrowia umożliwiających zapis na badania profilaktyczne i dostęp do świadczeń zdrowotnych, w tym aplikacji mojejIKP, Internetowego Konta Pacjenta (IKP) oraz centralnej e-rejestracji; wdrażanie zdrowych nawyków żywieniowych oraz promocja zdrowego stylu życia poprzez działania edukacyjne dotyczące profilaktyki otyłości, cukrzycy i chorób sercowo-naczyniowych oraz znaczenia aktywności fizycznej; warsztaty z samobadania piersi i jąder na fantomach wraz z materiałami edukacyjnymi, wspierających profilaktykę nowotworową i zwiększających świadomość zdrowotną kobiet i mężczyzn; edukacja dzieci w zakresie higieny jamy ustnej z wykorzystaniem fantomu, mającej na celu kształtowanie prawidłowych nawyków higienicznych od najmłodszych lat; organizacja gier i zabaw o tematyce zdrowotnej z elementami edukacyjnymi i nagrodami, wspierających budowanie postaw prozdrowotnych i zwiększanie świadomości zdrowotnej mieszkańców. Serdecznie zapraszamy wszystkich mieszkańców do udziału w wydarzeniu i zadbania o swoje zdrowie !