Zdrowy Senior - Profilaktyka w Budachowie

Nazwa działania projektowego: Lubuski OW NFZ Zdrowy Senior - Profilaktyka w Budachowie Miejsce wydarzenia: Budachów 109, 66-630 Bytnica Data wydarzenia: 26.10.2026 Godzina rozpoczęcia: 10:00 Godzina zakończenia: 11:30

profilaktyczne „Zdrowy Senior – Profilaktyka w Budachowie”, podczas którego:

- dowiesz się, na czym polega opieka koordynowana w POZ;
- powiemy Ci, jakie korzyści daje regularne korzystanie z badań profilaktycznych i wczesne wykrywanie chorób;
- przedstawiciele Gminy Bytnica zaprezentują ofertę skierowaną do seniorów o dostępnych formach wsparcia, lokalnych inicjatywach i udogodnieniach przygotowanych z myślą o osobach starszych;
- skorzystasz z analizy składu ciała obejmującej pomiar ciśnienia tętniczego, wskaźnika BMI, zawartości tkanki tłuszczowej i mięśniowej oraz poziomu nawodnienia organizmu, a wyniki zostaną omówione indywidualnie przez ekspertów;
- Rada Seniorów Gminy Bytnica przedstawi działania realizowane na rzecz mieszkańców 65+, w tym inicjatywy integracyjne, społeczne oraz możliwości aktywnego uczestnictwa seniorów w życiu gminy;
- otrzymasz informacje o programach profilaktycznych finansowanych przez NFZ, w szczególności o profilaktyce raka piersi, raka szyjki macicy i raka jelita grubego;
- poznasz, jak korzystać z narzędzi e-zdrowia tj. aplikacji mojeIKP, Internetowego Konta Pacjenta oraz centralnej e-rejestracji;
- porozmawiasz z dietetykiem o zasadach zdrowego odżywiania i profilaktyce otyłości, cukrzycy i chorób układu krążenia;
- poznasz znaczenie codziennej aktywności fizycznej dla zachowania dobrego zdrowia.

Partnerami wydarzenia są: Gmina Bytnica oraz Rada Seniorów Gminy Bytnica.