

„Mama broni się sama” – warsztaty samoobrony z okazji Dnia Matki

Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ z okazji Dnia Matki zorganizował dla swoich pracowników warsztaty samoobrony z instruktorką Krav - Magi panią Moniką Łyszczak. Podczas zajęć nauczyliśmy się jak walczyć z realnym agresorem i jakimi technikami możemy się przed nim bronić. Trening miał też drugie symboliczne znaczenie – nawiązując do samoobrony, chcieliśmy pokazać jak ważna jest obrona przed chorobą nowotworową. Zachęcaliśmy do badań profilaktycznych w myśl zasady „Lepiej zapobiegać, niż leczyć”. Przekaz medialny: <https://gorzow.tvp.pl/60383449/lubuski-nfz-zorganizowal-dla-kobiet-szkolenie-z-samoobrony> <https://zachod.pl/646668/samoobrona-dla-mam-w-ogrodzie-botanicznym/> https://twitter.com/NFZ_ZielonaG/status/1529445257322061826 <https://www.wzielonej.pl/informacje/region/samoobrona-dla-mam-w-podwojnym-wymiarze-przed-napastnikami-oraz-nowotworami/>