

„Środa z Profilaktyką” - aplikacje o zdrowiu



„Środa z Profilaktyką” - aplikacje o zdrowiu

Data publikacji
14.07.2020 15:09

Najbliższa „Środa z Profilaktyką” poświęcona będzie tematowi zdrowego

stylu życia przy wsparciu nowych technologii.

Rośnie świadomość na temat zdrowego stylu życia, a wraz z nią potrzeba dostępu do informacji. Z pomocą przychodzi zaawansowana technologia, a w szczególności aplikacje zdrowotne dostępne w telefonie.

Aplikacje ułatwiają m.in.

- wyznaczanie trasy i odległości podejmowanych aktywności,
- dostosowanie zestawu ćwiczeń,
- obliczanie spalonych kalorii;
- ułożenie zdrowego jadłospisu.

Informacje o aplikacjach zdrowotnych już w najbliższą środę [na stronie Akademii NFZ](#)

Źródło:

<https://www.facebook.com/akademianfz/photos/a.1598976530164096/3217566508305082/?type=3&theater>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)