

## OPEC dla zdrowia: Zmęczenie po przebyciu COVID-19



**OPEC dla zdrowia**

**Webinar:**

Uczucie zmęczenia po przebyciu COVID-19.  
Jak sobie z nim radzić i wrócić do aktywności fizycznej.

**20 kwietnia**  
**18:00**

OPEC dla zdrowia: Zmęczenie po przebyciu COVID-19 (mat. organizatora)

Kategoria:	Miejsce wydarzenia:	Początek:	Wstęp:
Dostępne online	<a href="#">Wydarzenie online - Transmisja, szczegóły w opisie</a>	wydarzenie archiwalne	Wstęp wolny
Kategoria:	Dostępne online	Wydarzenie archiwalne	
Miejsce wydarzenia:	Transmisja, szczegóły w opisie Wydarzenie online		

**Zapraszamy na kolejny webinar z cyklu OPEC dla zdrowia pt. "Zmęczenie po przebyciu COVID-19. Jak sobie z nim radzić i wrócić do aktywności fizycznej".**

Uczucie zmęczenia jest jednym z najczęstszych objawów utrzymujących się długi czas po chorobie COVID-19. Podczas spotkania omówimy przyczyny osłabienia organizmu i w jaki sposób planować oraz wdrażać aktywność fizyczną, aby w sposób bezpieczny powrócić do pełnej sprawności fizycznej.

**Link do webinaru:** [bit.ly/OPEC\\_webinar20](https://bit.ly/OPEC_webinar20)

Opublikowano: 19.04.2021 14:08 Autor: Paweł Jałoszewski Zaktualizowano: 19.04.2021 14:08 Zmodyfikował: Paweł Jałoszewski

Źródło: <https://www.gdynia.pl/kalendarz/dostepne-online,8408/opec-dla-zdrowia-zmeczenie-po-przebyciu-covid-19,556392>