

Wraz z nadchodzącą wiosną
rozpoczynamy program „**Poczta w ruchu**”,
zachęcający Pracowników oraz ich rodziny do wspólnej aktywności fizycznej.



Poczta w ruchu

Weź udział w konkursie grantowym!

Zachęcamy do wzięcia udziału w konkursie grantowym „**Telegram Pasji - edycja Poczta w ruchu**”, w ramach którego będzie można uzyskać **mini-grant w wysokości 1000 zł** na realizację inicjatywy sportowej planowanej do realizacji w dniu **25 kwietnia 2026 roku**.

Wnioski można składać mailowo do dnia 29.03.2026, a 2.04.2026 roku ogłoszone zostaną wyniki konkursu grantowego.

Dla kogo?

Do udziału zapraszamy **trzyosobowe zespoły pracownicze**, które wspólnie – także z udziałem swoich rodzin – przygotowują pomysł na wydarzenie promujące ruch i aktywność fizyczną w swojej miejscowości w dniu 25.04.2026 roku.

Spotkanie z Robertem Korzeniowskim

Elementem programu będzie również spotkanie edukacyjne poświęcone bezpiecznemu podejmowaniu aktywności fizycznej. **17 marca w godzinach 12:00–13:00 odbędzie się webinar z Robertem Korzeniowskim oraz fizjoterapeutą z Lux Med**, podczas którego porozmawiamy o przygotowaniu organizmu do wysiłku, rozgrzewce, regeneracji oraz profilaktyce urazów.

25.04.26 zapraszamy wszystkich chętnych Pocztovców do Warszawy, gdzie odbędzie się **Marsz o Puchar Poczty Polskiej na dystansie 3 km**, poprzedzony wspólną rozgrzewką i spotkaniem uczestników.

Od 13 kwietnia uruchomione zostaną zapisy na Marsz o Puchar Poczty Polskiej. Podczas wydarzenia przygotowane zostanie również stoisko Poczty Polskiej oraz przestrzeń do wspólnego spotkania i rozmowy Pocztovców, tak aby wydarzenie miało nie tylko charakter sportowy, ale również integracyjny.

Wierzmy, że **25 kwietnia stanie się dniem wspólnego ruchu Pracowników Grupy Poczta Polska w wielu miejscach kraju** – dniem spotkań, aktywności i dobrej energii!