

## „Aktywny i zdrowy Senior” - po spotkaniach w Solcu Kujawskim i Chełmnie



**„Aktywny i zdrowy Senior” - po spotkaniach w Solcu Kujawskim i**

# Chełmnie

Data publikacji

11.09.2019 15:14

Za nami kolejne dwa spotkania z cyklu „Aktywny i zdrowy Senior”. Tym razem odwiedziliśmy Solec Kujawski (3 września) oraz Chełmno (5 września).

Zebrani mieszkańcy i pracownicy powiatu bydgoskiego z uwagą wysłuchali wykładów: Bartłomieja Wrześcińskiego, dotyczącego utrzymania kręgosłupa w dobrej formie, Małgorzaty Rewers – o pozycjach ułożeniowych i transferze osób po udarach oraz dr Agnieszki Woźniewicz na temat wsparcia kierowanego do opiekunów nieformalnych osób chorujących demenetywnie. Natomiast w powiecie chełmińskim, poza prelekcjami Małgorzaty Rewers i dr Agnieszki Woźniewicz, uczestnicy wzięli czynny udział w pogadance na temat zdrowego odżywiania oraz wpływu diety na stan zdrowia.

Wśród uczestników spotkań znaleźli się m.in. seniorzy, pracownicy domów pomocy społecznej, ośrodków pomocy społecznej oraz słuchacze uniwersytetów trzeciego wieku.

Przypomnijmy, że kolejne wrześniowe spotkania odbędą się w Golubiu-Dobrzyniu (10.09.19r.), Radzynie Chełmińskim (12.09.19r.), Inowrocławiu (17.09.19r.), Lipnie (25.09.19r.) oraz Mogilnie (30.09.19r.). Zgłoszenia oraz szczegółowe informacje o spotkaniach pod nr tel. 56 657-14-69.







- 

- 

-

•

•

•

- 

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

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