

Aktywny i zdrowy Senior w powiatach lipnowskim
i mogileńskim

**Aktywny
i zdrowy
Senior**



**Aktywny i zdrowy Senior w
powiatach lipnowskim i mogileńskim**

Data publikacji

17.09.2019 16:47

Zapraszamy na spotkania świadomościowe z cyklu „Aktywny i zdrowy Senior”, które odbędą się w Lipnie oraz Mogilnie.

Na spotkaniach będzie można dowiedzieć się m.in. w jaki sposób utrzymać kręgosłup w dobrej kondycji, jakie są bezpieczne i prawidłowe pozycje ułożeniowe dla osób po przebytych urazach lub schorzeniach, o wpływie aktywności fizycznej na jakość życia osób starszych, o muzykoterapii w pracy z seniorami oraz o wpływie diety stan zdrowia i długość życia.

Spotkanie w Lipnie odbędzie się 25 września 2019 r. w budynku Strażnicy OSP w Lipnie przy ulicy Bulwarnej 1, od godz. 10:00.

Zgłoszenia na spotkanie można dokonać do dnia 23.09.19 r.:

- przesyłając kartę zgłoszenia na adres: e [dot] malinowska@rops [dot] torun [dot] pl lub faxem na nr 56 657-14-61
- telefonicznie pod nr tel. 56 657-14-69

Natomiast spotkanie w Mogilnie odbędzie się 30 września 2019 r. w Hotelu Mogilno** & Centrum Sportowo-Konferencyjne przy ul. Mickiewicza 42, od godz. 10:00.

Zgłoszenia na spotkanie można dokonać do dnia 26.09.19 r.:

- przesyłając kartę zgłoszenia na adres: e [dot] malinowska@rops [dot] torun [dot] pl lub faxem na nr 56 657-14-61
- telefonicznie pod nr tel. 56 657-14-69

Osoby, które zostaną zakwalifikowane do udziału w spotkaniach zostaną poinformowane drogą mailową lub telefonicznie.

[Zaproszenie - Lipno](#)

[Zaproszenie i program - Mogilno](#)

[Karta zgłoszeniowa - Lipno](#)

[Karta zgłoszeniowa - Mogilno](#)

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

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