

Aktywny Senior XXI wieku we Włocławku

Aktywny Senior XXI wieku we Włocławku

Data publikacji
17.12.2018 13:11

Zakończyliśmy cykl spotkań świadomościowych pn. „Aktywny Senior XXI wieku”. Ostatnie ze spotkań odbyło się 14 grudnia br. we Włocławku.

Spotkanie otworzył wykład Pana Radosława Perkowskiego z Collegium Medicum w Bydgoszczy poświęcony aktywności fizycznej w wieku senioralnym. Kolejny referat, który zaprezentowała Pani Agnieszka Kudanowska – również z Collegium Medicum w Bydgoszczy - dotyczył zależności pomiędzy żywieniem a zdrowiem. Na zakończenie Pani Karolina Kramkowska z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu opowiedziała zebranym o sposobach aktywizacji osób z chorobą otępienną w domu.

Wśród licznie zgromadzonych uczestników spotkania przeważali seniorzy – członkowie klubów seniora oraz przedstawiciele rad seniorów. Obecni byli także pracownicy instytucji pomocy społecznej mający na co dzień kontakt z osobami starszymi.

Bardzo dziękujemy za bardzo duże zainteresowanie spotkaniami. W przyszłym roku planowane są kolejne tego rodzaju inicjatywy. Zapraszamy do aktywnego śledzenia informacji na naszej stronie internetowej.

-

-

•

•

•

•

-

-

-

[Prezentacja - Sprawny jak...senior! Rzecz o aktywności fizycznej wieku podeszłego \[pdf, 2 906KB\]](#)

[Prezentacja - Niech żywność będzie waszym lekarstwem \[pdf, 1 552KB\]](#)

[Prezentacja - Aktywizacja osób z chorobą otępienną w domu \[pdf, 627KB\]](#)

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

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