

Drugie spotkanie „Aktywny i zdrowy Senior” za nami



Drugie spotkanie „Aktywny i zdrowy Senior” za nami

Data publikacji

12.07.2019 08:17

W Bydgoszczy odbyło się drugie spotkanie z cyklu „Aktywny i zdrowy Senior”.

10 lipca 2019 r. słuchacze bydgoskich Uniwersytetów Trzeciego Wieku, przedstawiciele Bydgoskiej Rady Seniorów, pracownicy dziennych domów pobytu, Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej oraz Urzędu Miasta Bydgoszcz mieli okazję wysłuchać trzech interesujących wykładów poświęconych tematyce senioralnej. Spotkanie rozpoczął Radosław Perkowski, który zaprezentował uczestnikom rolę aktywności fizycznej w życiu osób starszych. Następnie prof. Zbigniew Wolski opowiedział o zależności długości życia kobiet i mężczyzn i zaleceniach w profilaktyce zdrowotnej. Na zakończenie dr Ludmiła Lamparska-Zajac omówiła, w jaki sposób usprawniać funkcje poznawcze osób w wieku senioralnym.

W tym miesiącu odbędzie się jeszcze jedno spotkanie - 16 lipca br. w Hotelu City w Grudziądzu.

Więcej informacji nt. spotkań pod nr tel. 56 657-14-69.





• [PDF](#)

• [Drukuj](#)

• [Share](#)

• [Więcej aktualności](#)

• [Archiwum aktualności](#)