

Aktywni fizycznie po ukończeniu 60. roku życia



Aktywni fizycznie po ukończeniu 60. roku życia

Data publikacji
14.07.2022 09:44

Miasto Grudziądz zaprasza mieszkańców od 60. roku życia do udziału w zajęciach aktywności fizycznej.

Zajęcia będą odbywały się w ramach regionalnego programu polityki zdrowotnej pn. „Program zapobiegania upadkom dla seniorów w województwie kujawsko – pomorskim”. Osoby zainteresowane udziałem w nim proszone są o kontakt telefoniczny z Wydziałem Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Grudziądzu, pod nr tel.: 56 451 02 84.

W przypadku zgłoszenia większej liczby chętnych od liczby miejsc pierwszeństwo udziału w Programie mają osoby, które nie uczestniczyły w ramach poprzednich edycji. Zapisy planowane są do 29 lipca 2022 r. Zajęcia będą odbywać się na terenie sal gimnastycznych zlokalizowanych w grudziądzkich szkołach, przez okres 3 miesięcy, ok. 3 razy w tygodniu, w godzinach popołudniowych.

Kandydaci zostaną poddani badaniom ogólnolekarskim w celu wykluczenia osób ze stanami chorobowymi stanowiącymi potencjalne ryzyko zagrożenia zdrowia w trakcie ćwiczeń. O miejscu, terminie i godzinie badania wyłonieni kandydaci zostaną powiadomieni telefonicznie lub pisemnie.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://grudziadz.pl/news/content/19253>

Grafika: <https://pl.freepik.com/>

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

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