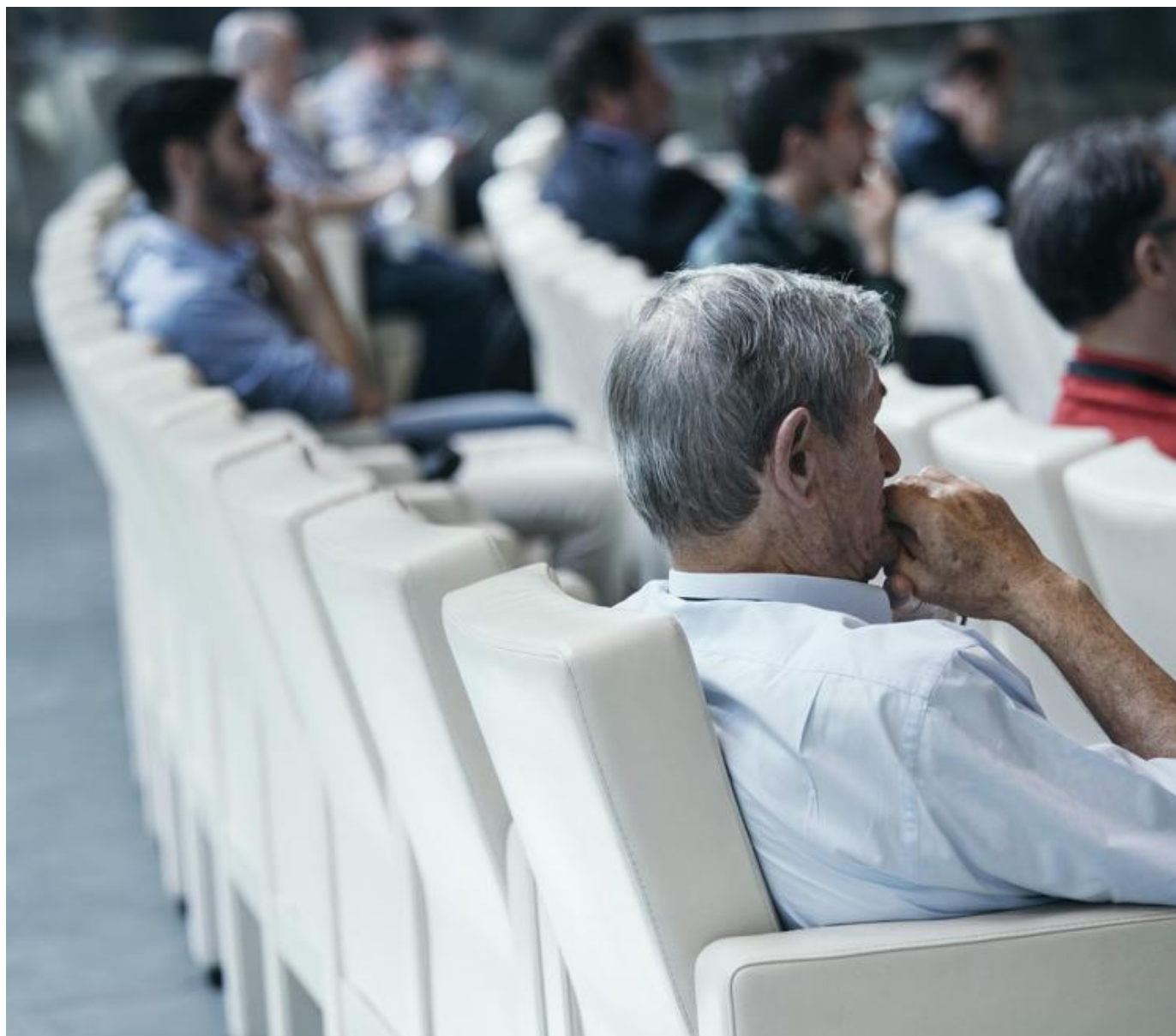


Rusza kolejna edycja spotkań dla seniorów „Seniorze: żyj zdrowo!”



Rusza kolejna edycja spotkań dla seniorów „Seniorze: żyj zdrowo!”

Data publikacji

23.01.2026 14:36

W najbliższy poniedziałek, 26 stycznia 2026 r. o godz. 10:00, odbędzie się inauguracyjne spotkanie w ramach piątej edycji cyklu „Seniorze: żyj zdrowo!”. Uczestnicy wysłuchają wykładu pn. „Suplementy czy leki - wybór z konieczności”, który poprowadzi mgr Katarzyna Dąbrowska.

Bezpłatne spotkania odbywają się zawsze w ostatni poniedziałek miesiąca, w godz. 10:00-12:00 w budynku MW2 Centrum Nowoczesności Młyn Wiedzy w Toruniu, ul. Władysława Łokietka 5.

Wstęp jest wolny, ale liczba miejsc ograniczona.

Zachęcamy do udziału.

Seniorze Żyj zdrowo! 5

WSTĘP WOLNY | MW2 | GODZ. 10:00 – 12:00

HARMONOGRAM WYKŁADÓW | 2026

26.01.2026 | SUPLEMENTY CZY LEKI – WYBÓR Z KONIECZNOŚCI

MGR KATARZYNA DĄBROWSKA

23.02.2026 | TRAWIENIE OD KUCHNI – JAK DZIAŁA NASZ UKŁAD POKARMOWY

DOC DOROTA ŁOBODA

30.03.2026 | JAK BEZPIECZNIE KORZYSTAĆ Z DOBRODZIEJSTW NATURY

MGR AGNIESZKA OSTROWSKA

27.04.2026 | PALUSZEK I GŁÓWKĄ TO SENIORA WYMÓWKA???

MGR EWA JAKUBEK

25.05.2026 | NAJCZĘŚCIEJ WYSTĘPUJĄCE NOWOTWORY UKŁADU MOCZOWEGO

MGR BARBARA GRADOWSKA

29.06.2026 | AEROBIK DLA MÓZGU CZ. VI

MGR BARBARA ANDRYSZEK

28.09.2026 | JESIENNY NIEZBĘDNIK – O ODPORNOŚCI I SZCZEPIENIACH

IWONA JÓZEFOWICZ

26.10.2026 | OTĘPIENIE U SENIORA – JAK POMÓC?

MGR BARBARA ŁUKAWSKA

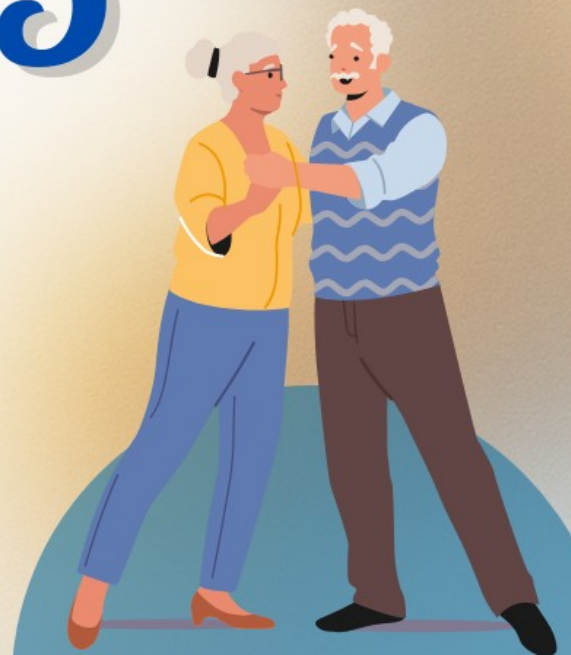
30.11.2026 | SPRZĄTANIE BEZ CHEMII

MGR AGNIESZKA OSTROWSKA

14.12.2026 | JAK DBAĆ O SERCE? – PROSTE SPOSOBY

NA ZDROWE KRĄŻENIE

DOC DOROTA ŁOBODA



CENTRUM NOWOCZESNOŚCI MŁYN WIEDZY

CENTRUM OPIEKI MEDYCZNEJ

OKRĘGOWA IZBA PIELĘGNIAREK I POŁOŻNYCH W TORUNIU



Źródło i grafika: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=1246623414157423&set=a.618021513684286>

Grafika: <https://pixabay.com/photos/audience-public-congress-session-2816353/>

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

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