

Aktywny i zdrowy Senior w Lipnie za nami



Aktywny i zdrowy Senior w Lipnie za nami

Data publikacji
30.09.2019 15:03

W środę 25 września br. w ramach cyklu spotkań „Aktywny i zdrowy Senior” odwiedziliśmy Lipno. Uczestników spotkania przywitała Pani Jolanta Zielińska – Zastępca Burmistrza Miasta Lipna, która zaakcentowała znaczenie takich inicjatyw dla aktywizacji i integracji osób starszych.

W programie spotkania znalazły się trzy wykłady. Pierwszy, poświęcony utrzymaniu kręgosłupa w dobrej formie, zaprezentował Sebastian Szyper. Następnie Agnieszka Kudanowska opowiedziała o wpływie diety na jakość życia i ogólne zdrowie. Na zakończenie Małgorzata Rewers opowiedziała o optymalnych pozycjach ułożeniowych i transferze osób starszych.

Wśród uczestników spotkania znaleźli się m.in. pracownicy domów pomocy społecznej i ośrodków pomocy społecznej, przedstawiciele rady seniorów i organizacji pozarządowych oraz członkowie klubu seniora.







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

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