

Relacja ze spotkań senioralnych w Mogilnie i Nakle nad Notecią



Relacja ze spotkań senioralnych w Mogilnie i Nakle nad Notecią

Data publikacji

07.10.2019 14:53

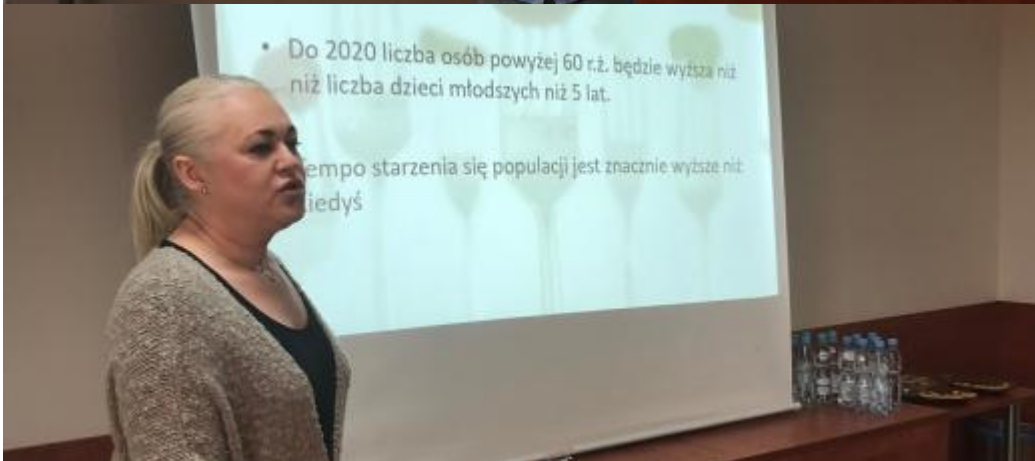
W minionym tygodniu ze spotkaniami „Aktywny i zdrowy Senior” odwiedziliśmy Mogilno (30.09.19 r.) oraz Nakło nad Notecią (03.10.19 r.).

W powiecie mogileńskim spotkanie otworzyła Eliza Ludkiewicz, psycholog i muzykoterapeuta, która nie tylko opowiedziała o roli muzyki w pracy z osobami starszymi, ale także wykonała mini-recital skrzypcowy. Następnie Radosław Perkowski zwrócił uwagę na rolę aktywności fizycznej w wieku senioralnym. Na koniec Agnieszka Kudanowska zaprezentowała wpływ diety na stan zdrowia i długość życia. W powiecie nakielskim, poza wykładem Radosława Perkowskiego, w programie znalazło się wystąpienie Sebastiana Szypera dot. zasad utrzymania kręgosłupa w dobrej formie oraz prelekcja Agnieszki Woźniewicz poświęcona wsparciu opiekunów osób z demencją.

Wśród uczestników spotkań znaleźli się m.in. pracownicy domów pomocy społecznej, domów dziennego pobytu, ośrodków pomocy społecznej, urzędów gmin, przedstawiciele organizacji działających na rzecz osób starszych oraz słuchacze uniwersytetów trzeciego wieku i członkowie klubów seniora.

Najbliższe spotkanie zaplanowane jest na 10 października br. w Rypinie. Mamy jeszcze wolne miejsca. Zgłoszenia oraz szczegółowe informacje o spotkaniach pod nr tel. 56 657-14-69.





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

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