

Kolejne spotkanie w ramach cyklu „Seniorze - żyj zdrowo”



Kolejne spotkanie w ramach cyklu „Seniorze - żyj zdrowo”

Data publikacji

21.05.2025 12:34

Centrum Nowoczesności Młyn Wiedzy wraz z Okręgową Izbą Pielęgniarek i Położnych w Toruniu i Centrum Opieki Medycznej w Toruniu zapraszają na kolejne spotkanie w ramach cyklu „Seniorze – żyj zdrowo”.

Najbliższe spotkanie odbędzie się już 26 maja 2025 r. w godz. 10:00 – 12:00.

Podczas zajęć zaplanowano wykład pt. „Ruszał ciało by działało”, który poprowadzi mgr Ewa Jakubek oraz część warsztatową pt. „Problem z codzienną pielęgnacją osób leżących cz. II”, który poprowadzą lic. Mateusz Jabłoński i opiekun medyczny Monika Soboczyńska.

Bezpłatne spotkania odbywają się zawsze w ostatni poniedziałek miesiąca, w przestrzeni wystawy „Rzeka” – na 2. piętrze w głównym budynku Centrum Nowoczesności Młyn Wiedzy (MW1), ul. Władysława Łokietka 5.

Wstęp jest wolny! - nie jest wymagana rejestracja lub przesłanie zgłoszenia udziału. Jednak liczba miejsc jest ograniczona.

Zachęcamy do udziału.

Seniorze 4
Żyj zdrowo! Edycja

Bezpłatne spotkania odbywają się w przestrzeni wystawy „Rzeka” w głównym budynku Centrum Nowoczesności Młyn Wiedzy (MW1) w godz. 10-00-12-00

HARMONOGRAM WYKŁADÓW | 2025

- 27/01 „Sekret jedzenia w szczegółach ukryty. Co jeść żeby było tanio i zdrowo?”
doc Dorota Łoboda
- 24/02 „Kiedy smutek jest chorobą?”
mgr Barbara Łukawska
- 31/03 „Zioła stosowane w infekcji dróg oddechowych oraz w dolegliwościach żołądkowych”
mgr Agnieszka Ostrowska
- 28/04 „W zdrowym ciele zdrowy duch. O wpływie ruchu na zdrowie i psychikę” i mgr Ewa Jakubek
Warsztat - „Problem z codzienną pielęgnacją osób leżących cz. I” - lic. Mateusz Jabłoński/opiekun medyczny Monika Soboczyńska
- 26/05 „Ruszał ciało by działało”
FIZJOTERAPEUTA i mgr Ewa Jakubek
Warsztat - „Problem z codzienną pielęgnacją osób leżących cz. II” - lic. Mateusz Jabłoński/opiekun medyczny Monika Soboczyńska
- 23/06 „Aerobik dla mózgu cz.IV”
mgr Karolina Zakrzewska
- 29/09 „Nigdy nie mieszaj tych witamin i leków! Walczą ze sobą w organizmie”
mgr Marcin Owczar
- 27/10 „Objawy odciepne łatwo przegapić. Co powinno zaniepokoić?”
mgr Barbara Łukawska
- 28/11 „Zioła na dobry sen”
mgr Agnieszka Ostrowska
- 15/12 „Aerobik dla mózgu cz. V”
mgr Karolina Zakrzewska

Centrum Nowoczesności Młyn Wiedzy

MIASTO TORUŃ

Centrum Opieki Medycznej

ZDROWIE

KOPERDIK TORUŃ

Źródło i grafika: <https://www.facebook.com/prozdrowie.torun/photos/seniorze-%C5%BCyj-zdrowo-4-edycja-wydarzenia-w-roku-2025wyk%C5%82ady-i-warsztaty-seniorze-/122159695676288282/>
Grafika: <https://www.pexels.com/pl-pl/zdjecie/ludzie-siedzacy-na-krzeslach-gangow-2774556/>

- [PDF](#)
 - [Drukuj](#)
 - [Share](#)
-
- [Więcej aktualności](#)
 - [Archiwum aktualności](#)