

Forum Seniora „Żyjmy Dłużej”



Forum Seniora „Żyjmy Dłużej”

Data publikacji
09.11.2022 10:40

Trwają zapisy na Forum Seniora „Żyjmy Dłużej”.

Bydgoska Rada Seniorów zaprasza na Forum Seniora „Żyjmy Dłużej”. Życie w dobrym zdrowiu jest możliwe, trzeba jednak o siebie dbać, słuchać własnego ciała i żyć z nim w zgodzie. Pomocnych porad w tym zakresie udzielać będą bydgoskim seniorkom i seniorom prelegenci Forum Seniora.

Forum odbędzie się we wtorek, 15 listopada 2022 r., w godz. 11.00-15.00, w Sali Sesyjnej bydgoskiego ratusza, przy ul. Jezuickiej 1. Do udziału zaproszeni są wszyscy chętni seniorzy, jednak liczba miejsc jest ograniczona i obowiązują telefoniczne zapisy, pod nr tel.: 52 5859 288 (w dni powszednie, w godz. 8.00-16.00).

PROGRAM FORUM

11.00-11.10 - powitanie gości i otwarcie Forum.

11.10-12.00 - „Long covid” - realne zagrożenia, sposoby przeciwdziałania.

12.00-12.40 - Profilaktyka senioralna, leczenie uzdrowiskowe i przegląd lekowy w bydgoskich aptekach.

12.40-13.10 - przerwa kawowa.

13.10-13.50 - Zaburzenia mowy wieku senioralnego jako zwiastun choroby. Co jest normą, a co nie?

13.50-14.30 - „Sztuka lekarstwem na wszystko?” - muzyka w opiece geriatrycznej.

14.30-15.00 - koncert niespodzianka.

15.00-15.30 - spacer po Ratuszu (zwiedzanie dla chętnych, ograniczona liczba miejsc, zgłaszanie chęci udziału podczas telefonicznej rejestracji).



obowiązują telefoniczne zapisy



52 5859 288

(dni powszednie 8-16)

„Żyjmy Dłużej” Forum Seniora

wtorek - 15 listopada - 11.00-15.00
ul. Jezuicka 1 - Sala Sesyjna Ratusza



[Więcej informacji.](#)

Źródło: <https://www.bydgoszcz.pl/seniorzy/>

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

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

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