

„Seniorze - żyj zdrowo” - kolejne spotkanie



„Seniorze - żyj zdrowo” - kolejne spotkanie

Data publikacji
26.09.2025 10:33

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 29 września 2025 r. w godz. 10:00 – 12:00. Podczas zajęć zaplanowano wykład pt. „Nigdy nie mieszaj tych witamin i leków! Walczą ze sobą w organizmie”, który poprowadzi mgr Marcin Owcarz.

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. Doroła 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 „Ruszać 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 Owcarz
- 27/10 „Objawy oteplenne 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

Logos: Centrum Nowoczesności Młyn Wiedzy, MIASTO TORUŃ, 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-w-teatrze-301987/>

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

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