
VIII Konferencja: Jak mądrze dbać o zdrowie w wieku dojrzałym – zaproszenie dla seniorów Ziemi Cieszyńskiej

Data publikacji: 24.02.2025 18:46

VIII Konferencja: Jak mądrze dbać o zdrowie w wieku dojrzałym – zaproszenie dla seniorów Ziemi Cieszyńskiej

□

Zdrowie w wieku dojrzałym to klucz do długiego i satysfakcjonującego życia. Świadomość profilaktyki zdrowotnej oraz dostępu do profesjonalnych porad może znacząco wpłynąć na komfort życia seniorów.

Z myślą o nich 13 marca 2025 roku o godzinie 15:00 na Sali konferencyjnej Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie odbędzie się **VIII Konferencja pt. „Jak mądrze dbać o zdrowie w wieku dojrzałym”**.

Ekspersi o zdrowiu seniorów

W programie konferencji znalazły się dwa wykłady, które dotyczą kluczowych aspektów zdrowia osób starszych.

Pierwszy z nich, **„Jak może pomóc urolog w wieku dojrzałym?”**, poprowadzą lek. med. Krzysztof Kubicki oraz mgr Ewa Kędzierska-Muras z Oddziału Urologii i Onkologii Urologicznej ZZOZ Szpitala Śląskiego w Cieszynie. Problemy układu moczowego są częstym wyzwaniem w starszym wieku, dlatego eksperci podzielą się wiedzą na temat ich diagnozowania oraz skutecznych metod leczenia.

Druga prelekcja, **„Praktyczne porady fizjoterapeuty”**, zostanie wygłoszona przez Natalię Lekacz, fizjoterapeutkę uroinekologiczną. Wykład poświęcony będzie znaczeniu fizjoterapii w utrzymaniu sprawności ruchowej oraz zapobieganiu dolegliwościom związanym z wiekiem.

Edukacja i motywacja do dbania o zdrowie

Głównym celem konferencji jest edukowanie i motywowanie seniorów do świadomego dbania o swoje zdrowie. Organizatorzy podkreślają, że zarówno profilaktyka, jak i dostęp do rzetelnych informacji mają ogromne znaczenie dla poprawy jakości życia osób starszych.

Konferencja jest otwarta dla wszystkich seniorów z terenu Powiatu Cieszyńskiego. To doskonała okazja do poszerzenia wiedzy oraz skorzystania z cennych wskazówek specjalistów.

Organizatorzy i patroni wydarzenia

Wydarzenie organizowane jest przez **Stowarzyszenie Cieszyński Uniwersytet III Wieku** oraz **Powiat Cieszyński**. Patronat nad konferencją objęły: **Cieszyńska Rada Seniorów, Uniwersytet Śląski – Wydział Sztuki i Nauk o Edukacji**, a także **Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej Szpital Śląski w Cieszynie**.

Patronami medialnymi są **OX.PL – portal Śląska Cieszyńskiego** oraz **Głos Ziemi Cieszyńskiej**.

Zaproszenie dla seniorów

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu **536 257 624**.

Serdecznie zapraszamy wszystkich seniorów do udziału w konferencji.