

# Ćwiczenia, wykłady, spotkania - cykl dla seniora

Data publikacji: 30.09.2012 7:30

Już w najbliższy poniedziałek (01.10.2012) w sali konferencyjnej Pawilonu Diagnostyczno-Zabiegowego Szpitala Śląskiego w Cieszynie odbędzie się wykład inauguracyjny, który otworzy cykl spotkań prozdrowotnych pod wspólnym tytułem "Zdrowie Seniora".

□

**Bieżący rok został ogłoszony Europejskim Rokiem Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej. Szpital Śląski w Cieszynie przyłączył się do inicjatywy organizując cykl spotkań pod nazwą „Zdrowie Seniora”. 1 października, w chwili kiedy obchodzący będziemy Międzynarodowy Dzień Osób Starszych, wraz z godziną 15.30 w sali konferencyjnej Pawilonu Diagnostyczno-Zabiegowego Szpitala Śląskiego w Cieszynie rozpocznie się wykład inauguracyjny.**

Czy geriatrycja jest nam potrzebna? - na to pytanie odpowie dr n.med. Marcina Pecolda, ordynatora oddziału geriatrycznego. Wykład będzie również wskazówką, jak ma wyglądać dobrze zorganizowana opieka geriatryczna, jakie choroby dotyczą seniorów, a także kim jest lekarz geriatry i na czym polega pomoc geriatryczna. Tego samego dnia o „Rehabilitacji osób po schorzeniach centralnego i obwodowego układu nerwowego” mówić będą - lek.med. Krystyna Dzwonek-Madecka, ordynator oddziału rehabilitacji oraz mgr Lechosław Chmielniak - fizjoterapeuta.

O „Tai Chi”, energii Qi i ćwiczeniach usprawniających dowiemy się podczas wykładu, który przedstawią Tomasz Piel, Kuba Radwański i dr Li – eksperci w dziedzinie medycyny Dalekiego Wschodu. - **Uczestnicy, którzy będą obecni na wszystkich wykładach mogą otrzymać certyfikat uczestnictwa. Wszelkie, bliższe informacje można uzyskać pod numerem tel. 33/8520511 wew.218** – informuje Dariusz Babiak rzecznik prasowy Szpitala Śląskiego w Cieszynie – **Serdecznie zapraszamy do uczestnictwa, wstęp bezpłatny.**

Przypomnijmy spotkania odbędą się w sali konferencyjnej mieszczącej się przy głównym wejściu do Pawilonu Diagnostyczno - Zabiegowego w Cieszynie (wejście od ul. Chrobrego).

Harmonogram kolejnych wykładów z cyklu Pro salute -Zdrowie Seniora:

## **20.11.2012 r., godz. 15.30**

1/ Zaburzenia snu u seniorów – lek. med. Michał Trybus (Szpital Śląski w Cieszynie)

2/ Aktywność seniorów – mgr Danuta Sikora (Uniwersytet III wieku w Cieszynie)

3/ Zarys medycyny chińskiej, meridiany, wpływ akupunktury, pokaz – Urszula Plewnia, Marta Micyk, dr Li (Meridian Centrum Zdrowia i Energii z Istebnej)

## **11.12.2012 r., godz. 15.30**

1/ Zaburzenia zachowań w Chorobie Alzheimera – jak sobie z nimi poradzić – lek. med. Barbara Molin-Wienczek (Szpital Śląski w Cieszynie)

2/ Czy zawartość mojego talerza powinna się zestarzeć wraz ze mną? - inż. Anna Gałuszka (Szpital Śląski w Cieszynie)

3/ Wpływ masażu na organizm, masaż chiński i mongolski, pokaz – Barbara Bryś, Joanna Łacek, dr Li (Meridian Centrum Zdrowia i Energii z Istebnej)

Barbara Stelmach-Kubaszczyk