Magiczny Kraków

Akademia Zdrowia Osób Starszych

2024-05-22

Akademia to kolejne działanie miasta w ramach Programu PASIOS z inicjatywy Zespołu Sportu, Turystyki i Rekreacji oraz Zespołu Profilaktyki i Ochrony Zdrowia Rady Krakowskich Seniorów. Celem Akademii jest upowszechnianie wśród starszych mieszkańców Krakowa wiedzy, która może pomóc w zachowaniu dobrego zdrowia.

W pierwszym półroczu zaplanowano cykl 4 spotkań. Spotkania to wykłady cenionych naukowców oraz możliwość zadawania im pytań. Spotkania Akademii odbywać się będą w **Sali Obrad** im. Stanisława Wyspiańskiego Urzędu Miasta Krakowa przy Placu Wszystkich Świętych 3-4 (główne wejście). Oto harmonogram spotkań.

4 marca 2024 godz. 10.00-12.00

> **Temat II Wykładu: "Dlaczego codzienna aktywność fizyczna jest nam niezbędna? Od teorii do praktyki".**
> **Wykładowca: dr Joanna Gradek, adiunkt, trener klasy pierwszej**
> Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu
> Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

Zgłoszenia prosimy przesyłać w terminie do 29.02.24 na adres poczty elektronicznej: g.mirska@onet.pl

14 maja 2024 rok: 10.00-12.00

> **Temat III wykładu: „Bezpieczeństwo stosowania leków i ich zażywanie.”**
> **Wykładowca: Prof. dr hab. med. Tomasz Grodzicki**
> Prorektor UJ ds. Collegium Medicum
> Kierownik Katedry Chorób Wewnętrznych i Gerontologii UJ CM - od 2001,
> Ordynator Oddziału Klinicznego Chorób Wewnętrznych Szpitala Uniwersyteckiego.

20 czerwca 2024 rok: 10.00-12.00

> **Temat IV Wykładu: ,,Recepta na długowieczność”**
> **Wykładowca: Prof. dr hab. UJ Barbara Gryglewska**
> Dyrektor Medycznego Centrum Kształcenia Podyplomowego Collegium Medium

Program AZOS uzyskał **akceptację** Pani Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa Ds. Polityki Senioralnej Anny Okońskiej -Walkowicz i jest **zgodny z Gminnym Programem Aktywności Społecznej i Integracji Osób Starszych (PASIOS)**

Z serdecznym pozdrowieniem i życzeniami zdrowia organizatorzy:

Teresa Baszak – Filipczuk Przewodnicząca Zespołu Profilaktyki i Ochrony Zdrowia tel. 692 777 592

Magiczny Kraków

Grażyna Mirska Przewodnicząca Zespołu Sportu, Turystyki i Rekreacji tel. 513 060 080

Rady Krakowskich Seniorów