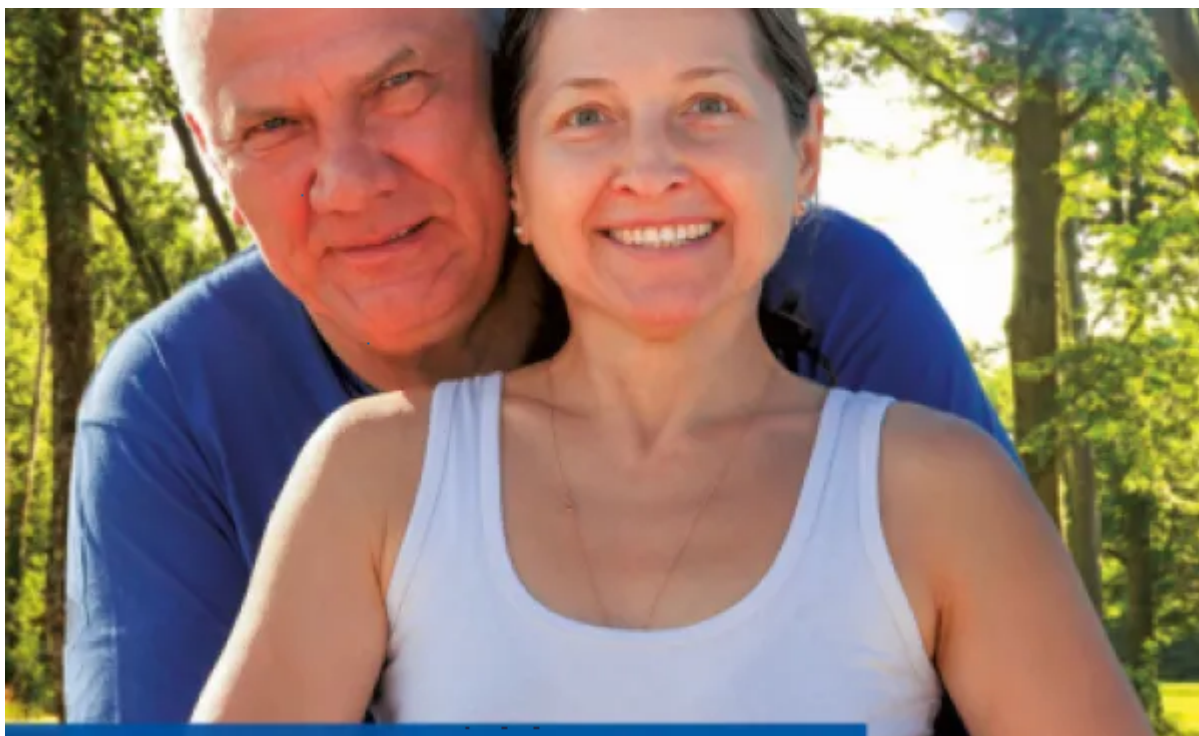




Upadki są jedną z najczęstszych przyczyn hospitalizacji i niepełnosprawności osób starszych. Od 10 sierpnia 2023 r. zgłosić można się do „Programu zapobiegania upadkom dla seniorów w województwie kujawsko-Pomorskim”.

Upadki osób starszych stanowią poważny problem zdrowotny. Konsekwencją ich może być fizyczny uraz oraz lęk przed kolejnym wypadkiem. Dlatego warto podejmować działania prewencyjne, które różnią się w zależności od rozpoznanych czynników ryzyka. Największe korzyści w zapobieganiu upadkom przynoszą interwencje wielokierunkowe ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń fizycznych.

W tym celu powstał przygotowany przez samorząd województwa „Program zapobiegania upadkom dla seniorów w województwie kujawsko-pomorskim”. Gmina Miasta Toruń sfinansuje udział w zajęciach 20 mieszkańców Torunia powyżej 60. roku życia.

Uczestnicy programu w okresie od 11 września do 10 grudnia 2023 r. będą mogli trzy razy w tygodniu skorzystać z treningu fizycznego oraz zasięgnąć rady

fizjoterapeuty podczas spotkań edukacyjnych.

Miejsce spotkań:

Miejska Przychodnia Specjalistyczna – Ośrodek Rehabilitacji, ul. Łyskowskiego 15.

Rejestracja w dniach 10, 11 i 14 sierpnia bieżącego roku w godzinach od 8:00 do 14:00 pod nr telefonu : 535 164 120.

- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)