



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Krzysztof Napierski

Z seniorami o zdrowiu i bezpieczeństwie

Publikowane od

24.07.2020 13:15:14



Dzienny Dom Senior+ w Mławie wznowił cykl warsztatów edukacyjnych dla seniorów, dotyczących profilaktyki zdrowia i bezpieczeństwa.

W piątek 3 lipca 2020 r. naszych seniorów odwiedziła Zofia Bielska – starszym asystentem ds. promocji zdrowia w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Mławie. Celami warsztatów były podniesienie poziomu wiedzy seniorów o chorobach odkleszczowych, poznanie sposobów zapobiegania chorobom odkleszczowym i uświadomienie wagi problemu ugryzień przez kleszcze. Uczestnicy z zainteresowaniem obejrzały prezentację a na zakończenie otrzymali upominek w formie karty do bezpiecznego usuwania kleszczy.

Kolejne spotkanie z przedstawicielkami PSSE w Mławie – Zofią Bielską i dietetykiem Justyną Koronowską – dotyczyło zdrowego żywienia. Seniorzy dowiedzieli się, jak dbać o swoje zdrowie, stosując dietę i aktywność fizyczną. Ponadto każdy uczestnik spotkania otrzymał broszurkę informacyjno-edukacyjną na temat zdrowej diety.

W czwartek 9 lipca seniorzy gościli przedstawicieli Komendy Powiatowej Policji w Mławie. St. asp. Anna Pawłowska omówiła działania nie tylko sprawców oszustw popełnianych metodami „na wnuczka” czy „na policjanta”, ale także firm naciągających ofertami pozornie atrakcyjnych produktów. Seniorzy otrzymali informacje na temat sposobów wystrzegania się przed nieuczciwymi praktykami stosowanymi przez naciągaczy. Dowiedzieli się, jakie stosować środki ostrożności oraz gdzie szukać pomocy w przypadku, gdy dojdzie do oszustwa. Tematyka prelekcji spotkała się z dużym zainteresowaniem seniorów, którzy zadawali wiele pytań, chcąc uzyskać jak najwięcej informacji, jak ustrzec się przed oszustwami i być bezpiecznym.

Więcej zdjęć w naszej [GALERII](#).

HS, KN

fot.: DDS+

Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/index.php/arttykul/z-seniorami-o-zdrowiu-i-bezpieczenstwie>