



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Krzysztof Napierski

CUS zaprasza seniorów na zajęcia Akademii Zdrowia

Publikowane od
16.01.2025 08:57:20



**CENTRUM USŁUG SPOŁECZNYCH
w MŁAWIE**

**Zapraszamy Seniorów na spotkania edukacyjne
w ramach projektu "Akademia Zdrowia"**

W każdy czwartek o godz. 10:00 w sali konferencyjnej
CUS (II piętro) przy ul. Joachima Lelewela 7
odbędą się spotkania tematyczne:



Centrum Usług Społecznych w Mławie realizuje projekt „Akademia Zdrowia”. Zajęcia są skierowane dla seniorów i będzie się odbywać w każdy czwartek o godzinie 10:00 w sali konferencyjnej Centrum Usług

Społecznych (II piętro) przy ul. Joachima Lelewela 7.

Tematyka spotkań:

- 23.01.2025 – Stres psychologiczny a zdrowie – stres i jak sobie z nim radzić?
- 30.01.2025 – Dieta w profilaktyce osteoporozy
- 06.02.2025 – Deformacje w spostrzeganiu ludzi. Jakich błędów popełniamy, gdy oceniamy innych?
- 13.02.2025 – Aktywny senior na szlaku turystycznym
- 20.02.2025 – Jak, to co jemy, wpływa na nasze zdrowie w kolejnych etapach życia

Zapraszamy!

CUS w Mławie

Do pobrania

[plakat informacyjny 215.68 KB](#)

Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/index.php/arttykul/cus-zaprasza-seniorow-na-zajecia-akademii-zdrowia>