



II Podkarpacka Konferencja AKTYWNOŚĆ SENIORÓW TRENDEM WSPÓŁCZESNOŚCI

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Mielcu informuje, że Podkarpacki Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny wraz z Uniwersytetem Rzeszowskim organizują III Podkarpacką Konferencję dotyczącą aktywności fizycznej i zbilansowanej diety. Tegoroczna edycja poświęcona jest zdrowiu seniorów i przebiegać będzie pod hasłem „Aktywność seniorów trendem współczesności”.

Konferencja kierowana jest przede wszystkim do Seniorów, ale również do osób, instytucji, organizacji i podmiotów związanych z szeroko pojętą polityką senioralną.

Celem organizatorów jest stworzenie przestrzeni do rozmów o wyzwaniach i możliwościach, jakie niosą przemiany społeczno—demograficzne oraz podkreślenie roli seniorów w budowaniu aktywnych, silnych, zrównoważonych wspólnot. Udział w wydarzeniu będzie doskonałą okazją do nawiązania współpracy, wymiany doświadczeń oraz uzyskania praktycznych wskazówek dotyczących wdrażania prozdrowotnych inicjatyw dla seniorów na poziomie regionalnym i lokalnym.

Konferencja odbędzie się 8 kwietnia 2025 r. w godzinach od 9:00 do 13:00 w Auli im. Królowej Jadwigi w budynku AI Uniwersytetu Rzeszowskiego, ul. Rejtana 16C w Rzeszowie. Udział w konferencji jest bezpłatny, a rejestracja możliwa pod adresem e-mail: konferencja.wsse.rzeszow@sanepid.gov.pl lub telefonicznie 17 85 22 111 wew. 311.



III PODKARPACKA KONFERENCJA



Aktywność seniorów trendem współczesności

Program:

9.00 - 9.15	Otwarcie konferencji
9.15 - 9.35	Dynamiczne zmiany demograficzne i wyzwania zdrowotne osób starszych w kontekście globalnym, europejskim i polskim
9.35 - 9.55	Charakterystyka sprawności fizycznej i jej wpływ na poziom zadowolenia z jakości życia seniorów
9.55 - 10.15	O co „chodzi” z dietą seniorów
10.15 - 10.35	Profilaktyka receptą na schorzenia cywilizacyjne – dobór ćwiczeń fizycznych i planowanie treningu w różnych jednostkach chorobowych u osób starszych
10.35 - 10.55	Senior „na urlopie” – zdrowie w podróży
11.00 - 11.20	Przerwa
11.20 - 11.40	Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej – w trosce o seniorów
11.40 - 12.00	Jak to robimy w Rzeszowie?
12.00 - 12.20	Dobre praktyki - aktywne zajęcia z seniorami
12.20 - 12.40	Dobre praktyki
12.40 - 13.00	Będzie się działo na Podkarpaciu – co planujemy w tym roku?
13.00 - 13.15	Zakończenie konferencji



ORGANIZATORZY:



PARTNERZY:



PATRONATY HONOROWE:



PATRONATY MEDIALNE:



8 kwietnia 2025



WIĘCEJ INFORMACJI:

www.gov.pl/web/wsse-rzeszow





III PODKARPACKA KONFERENCJA



Aktywność seniorów trendem współczesności

- Sprawność fizyczna w każdym wieku
- Dieta seniorów
- Choroby cywilizacyjne
- Zdrowie w podróży
- Aktywne zajęcia z seniorami

- Pomiar masy ciała
- Pomiar ciśnienia
- Pomiar poziomu cukru we krwi
- Poradnictwo ekspertów



8 kwietnia 2025



09:00 - 13:15



ul. Rejtana 16c, bud. A1
Uniwersytet Rzeszowski

**ZAREJESTRUJ SIĘ
BEZPŁATNIE!***



17 85 22 111 wew. 311



konferencja.wsse.rzeszow@sanepid.gov.pl



WIĘCEJ INFORMACJI:

www.gov.pl/web/wsse-rzeszow

* w treści wiadomości podaj imię,
nazwisko oraz inf. o ewentualnych
niepełnosprawnościach



ORGANIZATORZY:



PARTNERZY:



POLSKIE
STOWARZYSZENIE
DIABETYKÓW



ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

PATRONATY HONOROWE:



Ministerstwo
Rodziny,
Pracy i Polityki Społecznej



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



PATRONATY MEDIALNE:



