



Forum Seniora „Żyjmy Dłużej”

29 listopada w godz. 10.00 – 13.30,

Sala Sesyjna Ratusza im. Jana Maciaszka

ul. Jezuicka 1, Bydgoszcz

Program:

10.00-10.10

Powitanie gości i otwarcie Forum

10.10 - 10.40

dr Anita Gałęska-Śliwka

Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wykład: *Prawa pacjenta w praktyce*

10.40 – 11.10

dr Katarzyna Strojek

Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wykład: *Joga receptą na zdrowie seniora*

11.10 – 11.40

dr Agnieszka Kujawska

Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wykład: *Czy do kardiologa należy chodzić, maszerować czy biegać? O prewencji w chorobach sercowo-naczyniowych*

11.40-12.10

Przerwa kawowa

12.10 – 12.40

dr Ewa Szemelfejnik

Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wykład: *Co jeść? Oto jest pytanie*



12.40 – 13.00

Ireneusz Nitkiewicz

Wykład: *Porozmawiajmy o bezpieczeństwie – możesz mieć na to wpływ.*
Funkcjonowanie systemu powiadamiania ratunkowego

13.00 – 13.30

Koncert wokalny – **Krystyna Lepak, Grażyna Jabłońska**

Kazimierzowski Uniwersytet Trzeciego Wieku