**RADIONICA/ PREDAVANJE**

Pozivamo umirovljenike i osobe starije životne dobi na predavanje/ radionicu teme „Prevencija padova i kako ih spriječiti u kući“ dana 9.3.2016. u 11:00 sati u Klubu Centar Matice umirovljenika grada Rijeke (na adresi kružna 7).

Predavanja organizira Katedra za socijalnu medicinu i epidemiologiju Medicinskog fakulteta u Rijeci, a predavanja će održati studenti.

Cilj predavanja je informirati osobe starije životne dobi kako smanjiti broj padova u svojim kućanstvima te naglasiti važnost prevencije istih. Također, naglasak će se staviti i na fiziološku nemoć koja karakterizira osobe starije životne dobi. Osim prethodno spomenutih tema predavanja, isto tako će se raspravljati o različitim prilagodbama stambenog prostora prema mogućnostima samih ukućana u svrhu prevencije padova te o nošenju prikladne obuće i odjeće kako bi se olakšalo svakodnevno obitavanje kako u stanu ili kući, tako i u okolici. Nadalje, pridodat će se i činjenica važnosti odlaska na fizičku aktivnosti u svrhu boljeg održavanja ravnoteže i jačanja muskulature.

Budući da je prevencija padova vrlo aktualna tema i sve informacije će biti vrlo relevantne i korisne te Vas zbog toga pozivamo da budete dio predavanja i radionica u svrhu izmjenjivanja iskustava i poboljšanja kvalitete života osoba starije životne dobi.

Molimo Vas da nazovete radi potvrde 051 651 282, 051 651 220

ili 091 1320422

Vidimo se