

Rusza rekrutacja do szóstej edycji projektu Uniwersytet Zdrowego Seniora

11 września (wtorek) o godz. 8.00 w Sekretariacie Zakładu Zintegrowanej Opieki Medycznej UMB (pokój nr 111) przy ul. M. Skłodowskiej-Curie 7a u dr hab. Mateusza Cybulskiego, koordynatora projektu odbędą się zapisy na Uniwersytet Zdrowego Seniora. Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.

Studentem Uniwersytetu Zdrowego Seniora może zostać każdy mieszkaniec Białegostoku i okolic, który ukończył 60 rok życia. Zajęcia odbywać się będą 2 razy w miesiącu. Nauka na UZS jest bezpłatna.

Do zasadniczych celów projektu należą: propagowanie zdrowego stylu życia i postaw prozdrowotnych, poszerzanie wiedzy w dziedzinie opieki medycznej poprawiającej jakość życia ludzi w podeszłym wieku, wykorzystania nowoczesnych metod diagnostyki i leczenia oraz w zakresie stosowania leków i suplementów diety oraz farmakoekonomii w chorobach u ludzi w podeszłym wieku, a także przeciwdziałanie samotności i aktywizacja społeczna osób starszych.

W ramach zajęć, prowadzonych przez pracowników i studentów UMB, będzie można m.in. nauczyć się udzielania pierwszej pomocy, pomiaru poziomu cukru we krwi, ciśnienia tętniczego, dbania o swoje struny głosowe, podstawowych zasad profilaktyki chorób nowotworowych i chorób układu krążenia, itp.

Podczas pięciu poprzednich edycji projektu absolwentami zostało 240 mieszkańców Białegostoku i okolicznych miejscowości. Najstarszy student miał 91 lat.

Więcej informacji na temat Uniwersytetu Zdrowego Seniora znajduje się na stronie www.umb.edu.pl/uzs.

