

PONUKA VZDELÁVANIA **pre Organizácie jednoty dôchodcov Slovenska**

KULTSENIOR – inovatívny vzdelávací program zameraný na prevenciu, tak aby prispel celkovému zdraviu a kvalite života seniorov.

VÝZNAM POHYBOVEJ AKTIVITY V OBDOBÍ STARNUTIA A STAROBY

Lektor: SZŠ sv. Františka z Assisi Čadca

Dĺžka programu: 20 - 30 min/ blok

Prepojenie so ŠVP: regionálna výchova a tradičná ľudová kultúra,
osobnostný a sociálny rozvoj

max. počet účastníkov: 20

Cena: bezplatne

Kontakt: maria.sadleková@vuczilina.sk, 041/4331251

NAJČASTEJŠIE OCHORENIA SENIOROV I. – SIVÝ ZÁKAL, SPRÁVNE UŽÍVANIE LIEKOV A VITAMÍNOV

Lektor: SZŠ sv. Františka z Assisi Čadca

Dĺžka programu: 20 - 30 min/ blok

Prepojenie so ŠVP: regionálna výchova a tradičná ľudová kultúra,
osobnostný a sociálny rozvoj

max. počet účastníkov: 20

Cena: bezplatne

Kontakt: maria.sadleková@vuczilina.sk, 041/4331251

NAJČASTEJŠIE OCHORENIA SENIOROV II. – OSTEOPORÓZA, SPRÁVNE UŽÍVANIE LIEKOV A VITAMÍNOV

Lektor: SZŠ sv. Františka z Assisi Čadca

Dĺžka programu: 20 - 30 min/ blok

Prepojenie so ŠVP: regionálna výchova a tradičná ľudová kultúra,
osobnostný a sociálny rozvoj

max. počet účastníkov: 20

Cena: bezplatne

Kontakt: maria.sadleková@vuczilina.sk, 041/4331251

ZUBNÉ NÁHRADY/PROTÉZY A STAROSTLIVOSŤ O NE (dostupné od novembra 2024)

Lektor: SZŠ sv. Františka z Assisi Čadca

Dĺžka programu: 20 - 30 min/ blok

Prepojenie so ŠVP: regionálna výchova a tradičná ľudová kultúra,
osobnostný a sociálny rozvoj

max. počet účastníkov: 20

Cena: bezplatne

Kontakt: maria.sadleková@vuczilina.sk, 041/4331251

REUMA A SENIORI

(dostupné od novembra 2024)

Lektor: SZŠ sv. Františka z Assisi Čadca

Dĺžka programu: 20 - 30 min/ blok

Prepojenie so ŠVP: regionálna výchova a tradičná ľudová kultúra,
osobnostný a sociálny rozvoj

max. počet účastníkov: 20

Cena: bezplatne

Kontakt: maria.sadleková@vuczilina.sk, 041/4331251

NAJČASTEJŠIE OCHORENIA SENIOROV III. – HYPERTENZIA, SPRÁVNE UŽÍVANIE LIEKOV A VITAMÍNOV

(dostupné od novembra 2024)

Lektor: SZŠ sv. Františka z Assisi Čadca

Dĺžka programu: 20 - 30 min/ blok

Prepojenie so ŠVP: regionálna výchova a tradičná ľudová kultúra,
osobnostný a sociálny rozvoj

max. počet účastníkov: 20

Cena: bezplatne

Kontakt: maria.sadleková@vuczilina.sk, 041/4331251

Pozn. : Pri všetkých ponúkaných vzdelávacích aktivitách je potrebné dodržať stanovený počet účastníkov z dôvodu zabezpečenia kvality workshopu a individuálnej práce lektora s účastníkmi.