



**Magiczny
Kraków**

Webinar „Jak zapobiegać powikłaniom długotrwałego leżenia. Elementy fizjoterapii domowej

2025-11-18

Fundacja BONA-MED ad SENIOR zaprasza na wykład online pod tytułem „Jak zapobiegać powikłaniom długotrwałego leżenia. Elementy fizjoterapii domowej”.

Na spotkaniu dowiedzą się Państwo o:

- skutkach długotrwałego unieruchomienia,
- profilaktyce odleżyn, zaniku mięśni i przykurczach,
- pionizacji i mobilizacji podopiecznych,
- fizjoterapii w warunkach domowych,
- technikach masażu i rodzajach ćwiczeń.

Spotkanie poprowadzi Pani Małgorzata, fizjoterapeutka która na co dzień pracuje z seniorami.

Termin: 18 listopada 2025 roku (wtorek), godzina 18

Spotkanie dostępne pod linkiem: bonamedadsenior.org.pl/spotkanie

Link do wydarzenia na Facebook: <https://fb.me/e/6ODzM8nYt>

Wykład on-line bezpłatny, nie obowiązują zapisy.

Wykład realizowany przez fundację BONA-MED ad SENIOR w ramach zadania z zakresu zdrowia publicznego współfinansowany ze środków miasta Krakowa.

Terminy kolejnych spotkań :

25.11.2025 roku, temat: „Brak apetytu, zaburzenia ośrodka łaknienia -odpowiednia dieta dla seniorów, psychologia żywienia.”

02.12.2025 roku, temat: „Już nie daję sobie rady – gdzie szukać pomocy instytucjonalnej w opiece nad pacjentem z chorobą neurodegeneracyjną.”