

25 maja 2023



## Dzień dla Zdrowia Seniora

**W Kielcach trwa akcja profilaktyczna skierowana dla seniorów. Osoby powyżej 60. roku życia z Kielc i powiatu kieleckiego mogą skorzystać z bezpłatnych badań i porad specjalistów. W inauguracji „Dnia dla Zdrowia Seniora” wzięła udział wicemarszałek Renata Janik.**

- Świadomy senior to zdrowy senior, a nam wszystkim zależy na utrzymaniu zdrowia i dobrej kondycji, co widzimy po tak dużej frekwencji. Takie działania są możliwe dzięki zaangażowaniu trzeciego sektora, a w tym przypadku przez Fundację Blask Nadziei, która organizuje spotkanie. Jest ono finansowane ze Świętokrzyskiego Funduszu Lokalnego, którego regionalnym operatorem jest

Fundacja imienia Stefana Artwińskiego – mówiła wicemarszałek **Renata Janik**, która podziękowała za takie inicjatywy i wyraziła nadzieję, że będzie ich coraz więcej.

Wydarzenie odbywa się do godziny 17.00 w klubie fitness przy ulicy Szczecińskiej w Kielcach. Rozpoczęło się wykładem dietetyka na temat zdrowego odżywiania się i prawidłowego komponowania posiłków.

Seniorzy mogą skorzystać z zajęć rehabilitacyjno-sportowych pod okiem fizjoterapeutów, skontrolować ciśnienie tętnicze, saturację oraz dokonać analizy składu ciała, skorzystać z badania sprawności układu oddechowego.

## Galeria zdjęć

