



Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb Dolný Kubín
M. Hattalu 2161, 026 01 Dolný Kubín
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

„ Život seniorov v zariadení“

Prednáška 17.05.2016

Dnešné dopoludnie k nám zavítala pracovníčka Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Dolnom Kubíne Mgr. Martina Danišková. Pre našich seniorov si pripravila prednášku na tému „ **Výživa seniorov** “. V danej téme poukázala na zásady správnej výživy, jej dodržiavanie, ktoré u seniorov značne ovplyvňuje ich celkový zdravotný stav. S prichádzajúcim letným obdobím sme v závere prednášky dostali odporúčanie na pravidelné dodržiavanie pitného režimu a vyvarovania sa potravín, ktoré spôsobujú zažívacie problémy.

