

URSYNOWSKI SENIOR: bezpieczny – aktywny – zdrowy. Ostatnie w tym roku wykłady

W poniedziałek 04 grudnia 2017 r. w godz. 10.00-13.10 Fundacja INDIGEO zaprasza na ostatnią już w tym roku serię zajęć dedykowanych Ursynowski Seniorom, w ramach realizowanego projektu – URSYNOWSKI SENIOR: bezpieczny – aktywny – zdrowy.

Miejsce zajęć: Dom Kultury „Stokłosa”, ul. Wacława Lachmana 5.

Plan dnia:

- 10.00 – 11.30 – wykład – Jak się ma dieta do chorób neurodegeneracyjnych? – **Elżbieta Potentas** – dietetyczka
- 11.40 – 13.10 – wykład – Zespół suchego oka, zwyrodnienie plamki związane z wiekiem (AMD) – **Andrzej Siwek** – Ekspert ds. Okulistyki

Pierwszy wykład poświęcony zostanie odpowiedniemu odżywianiu w odniesieniu do poważnych chorób układu nerwowego. Do chorób neurodegeneracyjnych należą m.in.: choroba Parkinsona, choroba Alzheimera oraz choroba Huntingtona. Czy jest dieta pomagająca leczyć te choroby? Jak dzięki odpowiedniej diecie zapobiegać chorobie Alzheimera i Parkinsona? Jakie produkty pełnią kluczową rolę? Odpowiedzi Seniorzy uzyskają na wykładzie.

Podczas wykładu w ramach profilaktyki wad wzroku zostanie omówiony problem zespołu suchego oka (ZSO), którego nie wolno bagatelizować, ponieważ zaniedbany, może w skrajnych przypadkach prowadzić do utraty wzroku. Ratunkiem może być wtedy jedynie przeszczep rogówki od dawcy. Podczas wykładu omówiona zostanie etiopatogeneza tych schorzeń, czynniki ryzyka oraz jakich osób najczęściej dotyczy ZSO i AMD. Słuchacze poznają również sposoby diagnostyki i leczenia tak Zespołu Suchego Oka, jak i przewlekłych zmian zapalnych w

obrębie brzegów powiek, które często są z nim powiązane oraz AMD.

Więcej informacji: <http://www.indigeo.pl/fundacja.html>

Kontakt: fundacja@indigeo.pl

Projekt finansowany ze środków Dzielnicy Ursynów m.st. Warszawy

Zapraszamy serdecznie!