

Warsztaty podologiczne w Centrum Usług Społecznych w Zagnańsku



Fundusze Europejskie
dla Świętokrzyskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



WOJEWÓDZTWO
ŚWIĘTOKRZYSKIE

W ramach projektu Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów w Centrum Usług Społecznych w Zagnańsku w dniu 09.07.2026 odbyły się warsztaty, konsultacje profilaktyczno-zdrowotne ze specjalistą z dziedziny podologii.

Seniorki i seniorzy wzbogacili swoją wiedzę: jak dbać o stopy na co dzień, jak zapobiegać problemom stóp oraz uzyskali praktyczne informacje, dotyczące pielęgnacji, doboru obuwia, skarpet i kosmetyków wpływające na komfort i jakość życia. Pan prelegent zademonstrował ćwiczenia stóp, poprawiające ukrwienie oraz właściwe stąpanie, które wspólnie z uczestniczkami i uczestnikami projektu zainicjował. Na zakończenie odbyły się indywidualne konsultacje zainteresowanych seniorek i seniorów. Duże zaciekawienie tematem zwiększyło świadomość na rozwiązanie problemów ze stopami wśród zebranych na warsztatach.

Pan prelegent zademonstrował ćwiczenia stóp, poprawiające ukrwienie oraz właściwe stąpanie, które wspólnie z uczestniczkami i uczestnikami projektu zainicjował. Na zakończenie odbyły się indywidualne konsultacje zainteresowanych seniorek i seniorów. Duże zaciekawienie tematem zwiększyło świadomość na rozwiązanie problemów ze stopami wśród zebranych na warsztatach.