



Krajská organizácia Jednoty dôchodcov na Slovensku Trenčín
v spolupráci s
Regionálnym úradom verejného zdravotníctva so sídlom v
Trenčíne



5. ročník konferencie

„Za zdravý životný štýl seniorov“,

Krásny slnečný 21. október 2016 prežili na Výstavisku EXPO CENTER v Trenčíne seniori KO JDS na piatom ročníku konferencie „**Za zdravý životný štýl seniorov**“, ktorá sa konala v rámci výstavy potrieb pre seniorov SENIOR EXPO.

Konferencia sa zaoberala podporou aktívneho starnutia, zdravého životného štýlu pre seniorov, zlepšenie informovanosti a podpory zdravia formou poradenstva.



Konferenciu otvorila Janka Poláková básňou Kataríny Hudecovej „Zrelý vek“ a predsedníčka KO JDS Trenčín Mgr. Anna Prokešová.

Na úvod sa prítomným prihovoriť Ing. Peter Marušinec poslanec Trenčianskeho samosprávneho kraja (TSK) a primátor mesta Nová Dubnica.

Prítomní seniori si vypočuli prednášky:

1. **Treba sa udržať vo forme.** *MUDr. Karol Gottschal, primár ortopedické oddelenie FN Trenčín*
2. **Trápia vás močové cesty?** *MUDr. Denisa Hošťáková, Urologická ambulancia*
3. **Ošetrovatel'stvo a zdravie** *MUDr. Marián Kaščák, PhD, TnUAD Trenčín*
4. **Pohybová aktivita seniorov** *PhDr. Adriana Račková, ÚVZ SR Bratislava*



Súčasťou konferencie bolo aj ocenenie práce niektorých funkcionárov a členov JDS.

Z rúk predsedníčky KO JDS Mgr. Anny Prokešovej, predsedu KO JDS B. Bystrica Jána Hlaváča si 5 seniorov prevzalo Vyznamenanie I. stupňa a 15 seniorov Vyznamenanie II. stupňa.

Vyznamenaným zablahoželali aj vzácni hostia podpredseda vlády SR Ing. Peter Pellegrini a poslanec NR SR a predseda TSK Ing. Jaroslav Baška, ktorí sa prítomným seniorom prihovorili a zablahoželali im pri príležitosti mesiaca úcty k starším ľuďom.





V sprievodnom programe vystúpila Ing. Margita Ivaničková, predsedníčka odbočky spolku slovenských spisovateľov – spisovateľka, redaktorka a novinárka.



Jednota dôchodcov mala na výstavisku aj svoj stánok, kde prezentovala šikovné ruky svojich členov.

Výstava Senior Expo bola spojená s výstavou JAHRADA – 7. ročník výstavy záhradkárov, ovocinárov a včelárov, ktorú poctila svojou

navštevou aj ministerka poľnohospodárstva a rozvoja vidieka SR Ing. Gabriela Matečná.

Prebiehala tu aj súťaž o jablko a hrušku roka.



RÚVZ v Trenčíne ponúkol účastníkom možnosť rôznych vyšetrení.

Prítomní boli aj zástupcovia kúpeľov, ktoré v priebehu roka navštevovali naši seniori formou Relaxačno – liečebných pobytov.

Bolo na čo pozerieť, čo obdivovať, čo ochutnávať, bolo sa kde občerstviť i zabaviť. Kto sa zúčastnil, prežil krásny deň, získal veľa vedomostí a načerpal nových síl a chuti do ďalších dní.

Jozefa Sokolíková
podpredsedníčka KO JDS Trenčín

Mgr. Anna Prokešová
predsedníčka KO JDS Trenčín