



## **Predavanje □ za osobe 3. životne dobi**

Novogradiška Udruga za promicanje kvalitete života i održanje mentalnog zdravlja „POZITIVA“ 10. studeng je u prostoru Udruge umirovljenika grada Nove Gradiške organizirala edukaciju i trening opuštanja za osobe 3. životne dobi. Predavanje "Najčešće bolesti starijih osoba" održala je Kristina Terzić, dr. med. specijalizantica psihijatrije, a zatim je Ivana Mikanović, mag. psihologije održala radionicu „Vježbe opuštanja uma i tijela“ po metodi progresivne mišićne relaksacije. Nastavak je to projekta „Za aktivno i zdravo starenje“, koji Udruga „Pozitiva“ provodi uz potporu Grada Nova Gradiška. U listopadu je za novogradiške umirovljenike Ksenija Ivošević, dipl. ing. prehrambene tehnologije održala predavanje „Prehrana u starijoj životnoj dobi“, a za kraj projekta studentica medicine Iva Lukačević priprema edukativnu brošuru "Aktivno starenje".

{besps}2017/11/15{/besps}