Magiczny Kraków

# Konferencja „Zdrowy mózg dla krakowskich seniorów” już 26 lutego w Krakowie

2026-02-26

**Jak dbać o sprawność mózgu po 60. roku życia? Jak rozpoznać pierwsze objawy chorób neurologicznych i gdzie szukać wsparcia? Odpowiedzi na te pytania będzie można poznać podczas konferencji „Zdrowy mózg dla krakowskich seniorów”, która odbędzie się dziś, 26 lutego, o godz. 10.00, w Nowohuckim Centrum Kultury przy Al. Jana Pawła II 232.**

Organizatorami wydarzenia skierowanego do mieszkańców Krakowa powyżej 60. roku życia są Fundacja DOZ dbam o zdrowie oraz Miasto Kraków. Celem inicjatywy jest zwiększanie świadomości w zakresie profilaktyki chorób neurologicznych, promocja zdrowego stylu życia oraz integracja środowiska senioralnego wokół tematyki zdrowia i aktywności w późniejszym wieku.

Gościem specjalnym konferencji będzie prof. Monika Rudzińska-Bar – kierownik Oddziału Klinicznego Neurologii oraz Oddziału Klinicznego Udarowego w Szpitalu Miejskim Specjalistycznym im. Gabriela Narutowicza w Krakowie, która wygłosi wykład pt. „Różnorodność etiologii, obrazu klinicznego, możliwości leczenia”, poświęcony profilaktyce chorób neurologicznych, dbaniu o sprawność mózgu w wieku senioralnym oraz współczesnym metodom leczenia.

To okazja, by z pierwszej ręki dowiedzieć się, jakie są najczęstsze zagrożenia neurologiczne w starszym wieku, jak im zapobiegać i jakie możliwości terapeutyczne oferuje dziś medycyna.

## Program wydarzenia ma charakter praktyczny. Uczestnicy będą mogli:

- zapoznać się z działalnością miejskich podmiotów leczniczych i partnerów
- skorzystać z badań przesiewowych
- wziąć udział w konsultacjach ze specjalistami, m.in. dietetykiem i psychologiem
- uzyskać konkretne wskazówki dotyczące profilaktyki zdrowotnej.

## W konferencji udział wezmą miejskie podmioty lecznicze:

- Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza w Krakowie
- Szpital Specjalistyczny im. Stefana Żeromskiego SPZOZ w Krakowie
- Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie.

## Zdrowie mózgu w centrum uwagi

Konferencja „Zdrowy mózg dla krakowskich seniorów” to nie tylko wykład i konsultacje, ale przede wszystkim przestrzeń do rozmowy, wymiany doświadczeń i budowania świadomości, że o mózg – podobnie jak o serce czy kręgosłup – można i warto dbać każdego dnia.

Organizatorzy serdecznie zapraszają wszystkich seniorów oraz osoby w wieku 60+, które chcą

aktywnie troszczyć się o swoje zdrowie i sprawność na kolejne lata.