12/10/2023

Ενημερωτικές ομιλίες για την μακροζωία από το Κέντρο Ημέρας Ψυχικής Υγείας Νεάπολης

Αυτοκέφαλες Εκκλησίες / Εκκλησία της Ελλάδος



Στο πλαίσιο της συνεργασίας του Κέντρου Ημέρας Ψυχικής Υγείας Νεάπολης της «ΑΠΟΣΤΟΛΗΣ» με τα ΚΑΠΗ του Δήμου Χερσονήσου πραγματοποιήθηκαν ενημερωτικές ομιλίες από τους κοινωνικούς λειτουργούς του Κέντρου, Μαριλένα Κοκολάκη και Μαρία Γαρεφαλάκη με θέμα «Φυσιολογικές αλλαγές σώματος και μυστικά μακροζωίας» στα ΚΑΠΗ Μαλίων και Χερσονήσου.



Στις ομιλίες αναλύθηκαν οι φυσιολογικές αλλαγές που συμβαίνουν στο σώμα με την πάροδο των ετών και στη συνέχεια συζητήθηκαν κάποιοι τρόποι που μπορεί να βοηθήσουν ώστε να υπάρχει καλύτερη ποιότητα ζωής τόσο με σωματικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο. Στη συνέχεια, έγινε παρουσίαση σχετικών ερευνών και παραδειγμάτων από κάποια μέρη του κόσμου και ιδιαιτέρως της Ικαρίας όπου ζουν οι μακροβιότεροι άνθρωποι στον κόσμο.

Η προσέλευση του κοινού ήταν μεγάλη και στο τέλος των ομιλιών τέθηκαν ερωτήσεις.

