

W NUMERZE...

51. Aktualności
52. Instrukcje dla Autorów
53. Rola witaminy D w chorobach neurodegeneracyjnych: choroba Alzheimera, Parkinsona, stwardnienie rozsiane (SM)
Monika Zawadka, Paweł Zalewski, Jacek J. Klawe, Joanna Pawlak, Małgorzata Tafil-Klawe, Kornelia Kędziora-Kornatowska
56. Lepsze życie z Viofor JPS System
57. Ocena wpływu procesów starzenia na zmianę gęstości kości u kobiet
Anna Skrzek
63. Różnice w przebiegu choroby niedokrwiennej i zawału serca pomiędzy osobami starszego i młodszego pokolenia
Beata Kaczmarek-Wdowiak, Arkadiusz Derkacz
67. Znaczeniu treningu siły mięśniowej i treningu mocy w poprawie funkcjonalnej osób starszych
Remigiusz Rzepka
71. Stawy pod lupą. Cz. I – krioterapia
Roman Heider, Sławomir Jarząb
74. Przebiec maraton? Żaden problem!
75. Wpływ aktywności ruchowej na jakość życia osób z przewlekłą niewydolnością żylną – doniesienie wstępne
Mateusz Gach, Michał Kaczyński
81. Organizacja czasu wolnego osób starszych
Piotr Kowolik
85. „Miasto pokoleń” – edukacja społeczna na temat osób starszych i procesu starzenia się
Walentyna Wnuk
88. Zwierzęta w świecie seniora
Klaudia Markowska
91. Problem nietrzymania moczu u osób starszych w ujęciu fizjoterapeutycznym
Tomasz Halski, Lucyna Słupska, Kuba Ptaszkowski, Robert Dymarek, Ewa Stasiak, Magdalena Hajduk
97. Podział odleżyn i prawidłowa ocena rany
Mariola Knoblauch, Izabella Uchmanowicz
101. Leczenie odleżyn
102. Metoda Feldenkraisa jako etyczny wymiar troski o siebie
Katarzyna Salamon-Krakowska

53.



71.



85.



WYDAWNICTWO
/ PUBLISHING HOUSE
INDYGO Zahir Media

indygo
Zahir Media
wydawnictwo

ul. Kamienna 105, lok. 9,
50-547 Wrocław
tel./fax + 48 71 796 41 59
e-mail: indygo@zahir.pl
www.zahir.pl

Dyrektor Wydawnictwa Katarzyna Wilczyńska
Dyrektor Marketingu Jacek Lewandowski
Współpraca Sławomir Jarząb
Promocja i reklama Katarzyna Wilczyńska, Jacek Lewandowski
Dział Graficzny Cezary Chmielewski
Prenumerata Janusz Bona

49

Alter Ego Seniora
2/2013, vol. 1