

Zaproszenie na Dzień Seniora

Już 23 października 2021 (sobota) o godz. 11:00 zapraszamy wszystkich seniorów do Domu Kultury w Subkowach na obchody Dnia Seniora.

W programie:

- 11:00 – rozpoczęcie spotkania
- występ Zespołu Regionalnego „Subkowiaki”
- "Jasny umysł - jak dbać o dobrą kondycję umysłową w wieku senioralnym" – Agnieszka Lewinska, Kociewski Instytut Zdrowego Stylu Życia „Wstąp Po Zdrowie”
- Inspirujące miejsca na Kociewiu – Piotr Kończewski, Lokalna Organizacja Turystyczna KOCIEWIE

stanowiska warsztatowe:

- jesienne wianki – Dom Kultury w Subkowach
- kartka okolicznościowa i makrama – Środowiskowy Dom Samopomocy w Narkowach
- biblioteczny trening pamięci i mózgu – Gminna Biblioteka Publiczna w Subkowach

poza tym:

- konsultacje lekarskie
- stanowisko Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej
- poczęstunek dla uczestników spotkania
- ok. 14:00 – zakończenie spotkania

Serdecznie zapraszamy!

Dom Kultury w Subkowach
Gminny Ośrodek Pomocy
Społecznej w Subkowach
Środowiskowy Dom
Samopomocy w Narkowach
Gminna Biblioteka Publiczna
w Subkowach

**23.10
2021**

SOBOTA

DZIEŃ SENIORA

GODZ. 11:00

MIEJSCE: DOM KULTURY W SUBKOWACH

**PRELEKCJE
TEMATYCZNE:**

zdrowie
bezpieczeństwo
podróże

**WARSZTATY
ARTYSTYCZNE
TRENING PAMIĘCI
I MÓZGU**

**POCZĘSTUNEK DLA
UCZESTNIKÓW**

**KONSULTACJE
LEKARSKIE**

**PORADNICTWO
PRACOWNIKÓW
GOPS**