

# Wakacyjne spotkanie dla Seniorów

21.07.2022 10:58 Katarzyna Jarosińska / Oddział ds. Polityki Senioralnej

kategoria: **Kalendarz - filtry na skróty**

**Dla mieszkańca - kalendarz**

**Zdrowie**

**Dla seniorów**

**Sport**

**Spotkania autorskie**

**Zdrowie**

**Seniorzy**

**Miejskie Centrum medyczne im. dr. Karola Jonschera zaprasza na spotkanie pn. "Wakacje Seniora", które odbędzie się 23.07.2022 r. w godz. 10:00 - 13:00 w Szpitalu im. H. Jordana przy ul. Przyrodniczej 7/9.**



W programie m.in. :

- marsz nordic walking parku im. A. Mickiewicza,
- zajęcia plastyczne, quizy i konkursy z nagrodami,
- porady, jak chronić się przed słońcem,
- porady, jak wyjechać do sanatorium, jak złożyć wniosek i przygotować do wyjazdu - zespół ekspertów z NFZ,
- zajęcia taneczno-ruchowe - fundacja dr Clown,
- letnia dieta seniora - dietetyk,
- siłownia na powietrzu,
- spotkanie z autorami książek beletrystycznych.