



Nowe Skalmierzyce

Published on *Gmina i Miasto Nowe Skalmierzyce* (<https://noweskalmerzyce.pl>)

Strona główna > Warsztaty dla seniorów 2019 - MGOPS



28 Luty 2019

Warsztaty dla seniorów 2019 - MGOPS

Luty 2019: 1 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM PIEŁĘGNIARKI ŚRODOWISKOWEJ**

(O zdrowiu i chorobach, mierzenie ciśnienia) – 26.02.2019r. godz. 15:00
(Caritas)

Marzec 2019: 2 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM PSYCHOLOGA** –
14.03.2019r. godz. 15:00 (Caritas)

(Trening umysłu: ćwiczenia pamięci i koncentracji)

Kwiecień 2019: 3 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM PSYCHOLOGA**

(Trening umysłu: ćwiczenia pamięci i koncentracji)

Maj 2019: 4 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM PSYCHOLOGA**

(Trening umysłu: ćwiczenia pamięci i koncentracji)

Czerwiec 2019: 5 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM DIETETYKA**

(Racjonalne odżywianie drogą do zdrowia)

Wrzesień 2019: 6 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM POLICJANTA**

(Zagrożenia kontra bezpieczeństwo)

Październik 2019: 7 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM RADCY PRAWNEGO**

(Dobre praktyki. Przepisy prawa.)

Listopad 2019: 8 **WARSZTATY DLA SENIORÓW Z UDZIAŁEM TERAPEUTY METODY BOWENA**

(Stres i radzenie sobie z nim)

II. Z myślą o seniorach... czyli CYKL WARSZTATÓW w roku 2019

KURS KOMPUTEROWY

Miejsce: SP NOWE SKALMIERZYCE, UL. KALISKA

Szkolenie dla 10 osób w zakresie obsługi komputera, wraz z elementami sieci Internet, to przede wszystkim podstawa dalszej samodzielnej pracy przy wykorzystaniu tak popularnego współcześnie komputera jak i Internetu. Kurs obsługi komputera ma walor samorozwoju oraz jest sposobem na efektywne spędzenie czasu wolnego.

ZAJĘCIA W GODZINACH: 16:30 – 17:30

Marzec 2019: KURS KOMPUTEROWY – I zajęcia (14.03.2019r.)

Marzec 2019: KURS KOMPUTEROWY – II zajęcia (28.03.2019r.)

Kwiecień 2019: KURS KOMPUTEROWY – III zajęcia

Kwiecień 2019: KURS KOMPUTEROWY – IV zajęcia

Maj 2019: KURS KOMPUTEROWY – V zajęcia

Maj 2019: KURS KOMPUTEROWY – VI zajęcia

Czerwiec 2019: KURS KOMPUTEROWY – VII zajęcia

Czerwiec 2019: KURS KOMPUTEROWY – VIII zajęcia

III. DALSZE DZIAŁANIA NA RZECZ SENIORÓW W ROKU 2019

KURS SAMOOBRONY – MARZEC 2019 – SP NOWE SKALMIERZYCE, UL. KALISKA

Kurs ma na celu zaktywizować ruchowo seniorów i nauczyć ich podstawowych technik radzenia sobie w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. Ćwiczenia dobrane przez specjalistów poprawiają koordynację ruchową i wyrabiają refleks.

KONFERENCJA DLA SENIORÓW – „AKTYWNY I BEZPIECZNY SENIOR” - VI.2019

Konferencja zorganizowana będzie po raz kolejny przez M-GOPS Nowe Skalmierzyce na rzecz zwiększenia bezpieczeństwa seniorów i z myślą o ich aktywizacji społecznej.

Więcej informacji:

<http://www.mgopsnoweskaalmierzyce.naszops.pl/n,cykl-warsztatow-dla-seniorow-2019-terminy> ^[1]

Pozostałe aktualności ^[2]

Source URL: <https://noweskaalmierzyce.pl/pl/news/warsztaty-dla-seniorow-2019-mgops>

Links:

[1] <http://www.mgopsnoweskaalmierzyce.naszops.pl/n,cykl-warsztatow-dla-seniorow-2019-terminy>

[2] <https://noweskaalmierzyce.pl/aktualnosci>