

# Plakat

## Treść

### JESIEŃ ŻYCIA - BĄDŹ AKTYWNY



**jesteś  
osobą**

po 60 roku życia

dołącz do nas !!!

Wójt Gminy Grybów oraz Kierownik GOPS w Grybowie zapraszają  
do udziału w projekcie „JESIEŃ ŻYCIA - BĄDŹ AKTYWNY”

Bezpłatnie oferujemy:

KAWIARENKĘ SENIORA w ramach której  
odbędą się cykliczne spotkania :

- z dietetykiem
- z rehabilitantem
- z geriatrą

INDYWIDUALNE konsultacje z dietetykiem  
AKADEMIĘ RUCHU - zajęcia sportowe

**Przyjdź lub zadzwoń -  
ilość miejsc ograniczona**

Gminny Ośrodek Pomocy  
Społecznej w Grybowie  
ul. Jakubowskiego 33  
33-330 Grybów

Tel. 18 448 42 46

**PAMIĘTAJ - wszystkie nasze zajęcia są bezpłatne !!!  
TO NIC NIE KOSZTUJE - MOŻNA JEDYNIIE ZYSKAĆ !!!**

