

Aktualności

21.01.2022 14:45

Treść

GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W GRYBOWIE ZAPRASZA SENIORÓW DO UDZIAŁU W PROJEKCIE

„ODCZARUJ JESIEŃ ŻYCIA”

Jeśli pragniesz długo cieszyć się sprawnością fizyczną i intelektualną,
być aktywnym oraz szczęśliwym Seniosem
to zapraszamy na **BEZPŁATNE** zajęcia.

**PROJEKT SKIEROWANY JEST DO MIESZKAŃCÓW GMINY GRYBÓW,
KTÓRZY UKOŃCZYLI 60 ROK ŻYCIA**



W ramach projektu oferujemy:

- Aktywne spędzanie czasu wolnego
- Zajęcia edukacyjno-rozwojowe (m.in. zajęcia ruchowe, warsztaty kulinarne, warsztaty z zakresu stylu i pielęgnacji, wykłady z zakresu zdrowego odżywiania prowadzone przez dietetyka, zajęcia na temat profilaktyki schorzeń kręgosłupa prowadzone przez rehabilitanta
- Warsztaty z psychologiem oraz treningi pamięci i koncentracji dla Seniorów
- Udział w wydarzeniach kulturalnych

Ilość miejsc ograniczona. Zapisy oraz szczegółowy harmonogram dostępny będą w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Grybowie, ul. Jakubowskiego 33, 33-330 Grybów lub pod numerem telefonu 18 448-42-46.

Zapewniamy transport na zajęcia.

Wszystkich zainteresowanych Seniorów serdecznie zapraszamy.

