



HARMONOGRAM
SPOTKAŃ DLA SENIORÓW W KLUBIE SENIOR+ W MAJU 2023 R.

DZIEŃ MIESIĄCA		GODZINY ZAJĘĆ	RODZAJ SPOTKANIA / OSOBA PROWADZĄCA	MIEJSCE SPOTKANIA
04.05.2023 r.	CZWARTEK	09:00-11:00	ZUMBA DLA SENIORÓW prowadząca: p. Katarzyna Kliszewska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
05.05.2023 r.	PIĄTEK	08:00-14:00	WARSZTATY ANIMACYJNE (podział na grupy) prowadząca: p. Anna Cybulska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
08.05.2023 r.	PONIEDZIAŁEK	10:00-12:00	WARSZTATY ZWIĄZANE Z UBEZPIECZENIAMI SPOŁECZNYMI prowadząca: przedstawiciel ZUS Bydgoszcz grupa II	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
09.05.2023 r.	WTOREK	16:00-22:00	ZABAWA INTEGRACYJNA <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Usługi Agroturystyczne „U Ewy” Luchowo 71
10.05.2023 r.	ŚRODA	10:00-14:00	WARSZTATY TOŻSAMOŚCIOWE (podział na grupy) prowadząca: p. Agata Urbańska-Krasowska, Kurza Chata z Wymysłowa <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku



**Rzeczpospolita
Polska**



**Województwo
Kujawsko-Pomorskie**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt partnerski „Centrum Aktywności Seniora II” realizowany jest w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020, Oś priorytetowa: 09. Solidarne społeczeństwo, 09.03. Rozwój usług zdrowotnych i społecznych, 09.03.02. Rozwój usług społecznych. Nr RPKP.09.03.02.-04-0088/20. Fundacja Gospodarcza Pro Europa realizuje projekt w partnerstwie z Gminą Więcbork. Podmiot realizujący projekt w imieniu partnera: Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku. Całkowita wartość projektu: 392 708,50.



11.05.2023 r.	CZWARTEK	09:00-11:00	SPACERY NORDIC WALKING PO KRAJNE prowadząca: p. Katarzyna Kliszewska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Zbiórka w Centrum Aktywności Seniora w Więcborku ZAJĘCIA W PLENERZE
11.05.2023 r.	CZWARTEK	12:30-16:30	INDYWIDUALNE PORADNICTWO PSYCHOLOGICZNE prowadząca: p. Monika Nowicka <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	MGOPS w Więcborku w Więcborku sala nr 18
12.05.2023 r.	PIĄTEK	10:00-12:00	RACJONALNE STOSOWANIE LEKÓW I SUPLEMENTÓW. SZCZEPIENIA OCHRONNE W WIEKU SENIORALNYM. prowadząca: p. Alicja Dams <i>Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Sępólnie Krajeńskim</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
15.05.2023 r.	PONIEDZIAŁEK	wyjazd o godz 9:00	. GIMNASTYKA AQUA SENIOR Kryta Pływalnia Naquarius w Nakle n/Notecią <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Wyjazd z parkingu przy ośrodku zdrowia ul. Powstańców Wielkopolskich 89-410 Więcbork
17.05.2023 r.	ŚRODA	10:00-12:00	WARSZTATY ZWIĄZANE Z UBEZPIECZENIAMI SPOŁECZNYMI prowadząca: przedstawiciel ZUS Bydgoszcz grupa I	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
18.05.2023 r.	CZWARTEK	09:00-11:00	SPACERY NORDIC WALKING PO KRAJNE prowadząca: p. Katarzyna Kliszewska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Zbiórka w Centrum Aktywności Seniora w Więcborku ZAJĘCIA W PLENERZE



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



Rzeczpospolita Polska



Województwo Kujawsko-Pomorskie

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt partnerski „Centrum Aktywności Seniora II” realizowany jest w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020, Oś priorytetowa: 09. Solidarne społeczeństwo, 09.03. Rozwój usług zdrowotnych i społecznych, 09.03.02. Rozwój usług społecznych. Nr RPKP.09.03.02.-04-0088/20. Fundacja Gospodarcza Pro Europa realizuje projekt w partnerstwie z Gminą Więcbork. Podmiot realizujący projekt w imieniu partnera: Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku. Całkowita wartość projektu: 392 708,50.



19.05.2023 r.	PIĄTEK	08:00-14:00	WARSZTATY ANIMACYJNE (podział na grupy) prowadząca: p. Anna Cybulska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
19.05.2023 r.	PIĄTEK	10:00-11:30	WARSZTATY TANECZNE prowadząca: p. Sandra Pasięka <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Więcborku SALA LUSTRZANA
23.05.2023 r.	WTOREK	10:00-13:00	WARSZTATY DZIENNIKARSKIE prowadzący: p. Paweł Węgrzyn <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
24.05.2023 r.	ŚRODA	13:30-16:30	WYKŁAD EDUKACYJNY pn. „Współczesny senior online czy offline prowadząca: p. Dorota Jendrzejek <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Aktywizacja społeczności lokalnej na terenie działania Lokalnej Grupy Działania Stowarzyszenie NASZA KRAJNA” zadanie: Centra Aktywności Lokalnej – mediateki współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Lokalnej ul. Rybacka 11A Więcbork
25.05.2023 r.	CZWARTEK	09:00-11:00	SPACERY NORDIC WALKING PO KRAJNE prowadząca: p. Katarzyna Kliszewska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II” współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Zbiórka w Centrum Aktywności Seniora w Więcborku ZAJĘCIA W PLENERZE
25.05.2023 r.	CZWARTEK	09:00-13:00	WARSZTATY KULINARNE Z ELEMENTAMI ZDROWEGO ŻYWIENIA prowadzący: p. Tomasz Siekierka <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Aktywizacja społeczności lokalnej na terenie działania Lokalnej Grupy Działania Stowarzyszenie NASZA KRAJNA” zadanie: Centra Aktywności Lokalnej – mediateki współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



**Rzeczpospolita
Polska**



Województwo
Kujawsko-Pomorskie

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt partnerski „Centrum Aktywności Seniora II” realizowany jest w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020, Oś priorytetowa: 09. Solidarne społeczeństwo, 09.03. Rozwój usług zdrowotnych i społecznych, 09.03.02. Rozwój usług społecznych. Nr RPKP.09.03.02.-04-0088/20. Fundacja Gospodarcza Pro Europa realizuje projekt w partnerstwie z Gminą Więcbork. Podmiot realizujący projekt w imieniu partnera: Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku. Całkowita wartość projektu: 392 708,50.



26.05.2023 r.	PIĄTEK	15:00-18:00	WYKŁAD EDUKACYJNY „AKTYWNY TRZECI WIEK” pn. „Jak zapobiegać upadkom? Ćwiczenia w wodzie.” prowadząca: p. Natalia Dąbrowska-Frąckowiak <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II”</i> <i>współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Centrum Aktywności Seniora w Więcborku
29.05.2023 r.	PONIEDZIAŁEK	wyjazd o godz 9:00	. GIMNASTYKA AQUA SENIOR Kryta Pływalnia Naquarius w Nakle n/Notecią <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II”</i> <i>współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Wyjazd z parkingu przy ośrodka zdrowia ul. Powstańców Wielkopolskich 89-410 Więcbork
30.05.2023 r.	WTOREK	09:00-11:00	SPACERY NORDIC WALKING PO KRAJNE prowadząca: p. Katarzyna Kliszewska <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II”</i> <i>współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Zbiórka w Centrum Aktywności Seniora w Więcborku ZAJĘCIA W PLENERZE
31.05.2023 r.	ŚRODA	10:00-11:30	WARSZTATY TANECZNE prowadząca: p. Sandra Pasieka <i>Spotkanie organizowane w ramach projektu pt. „Centrum Aktywności Seniora II”</i> <i>współfinansowanego ze środków Funduszy Europejskich</i>	Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Więcborku SALA LUSTRZANA

Dodatkowych informacji udziela: **Barbara Patyna**, MGOPS Więcbork, tel. 52*3 89 53 57



Projekt partnerski „Centrum Aktywności Seniora II” realizowany jest w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020, Oś priorytetowa: 09. Solidarne społeczeństwo, 09.03. Rozwój usług zdrowotnych i społecznych, 09.03.02. Rozwój usług społecznych. Nr RPKP.09.03.02.-04-0088/20. Fundacja Gospodarcza Pro Europa realizuje projekt w partnerstwie z Gminą Więcbork. Podmiot realizujący projekt w imieniu partnera: Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Więcborku. Całkowita wartość projektu: 392 708,50.