

PROGRAM WYDARZEŃ

Sobota, 13 maja 2017

SALA ZIEMI

12.00-13.00 Teresa Lipowska czyta wiersze **Jeremiego Przybory**. Wejście do Sali Ziemi od godz. godziny 11.00

16.30-17.30 Koncert **Ewy Bem**. Wejście do Sali Ziemi od godz. godziny 15.30

OTWARTA SCENA SPORTOWA / PAW. 15, POZIOM 1

10.30-11.30 Chińskie ćwiczenia zdrowotne **Taoistycznego Tai Chi**. Stowarzyszenie Taoistycznego Tai Chi w Polsce Klub Poznan

13.10-13.40 Szkolenie prawidłowej techniki marszu **Nordic Walking**. Nordic Walking Polska

13.50-14.50 Ćwiczenia zdrowotne. Poznańskie Stowarzyszenie Tai Chi

15.00-15.30 Muzykoterapia aktywna z wykorzystaniem rekwizytów. Klub Seniora ASTER. Stowarzyszenie ASTER

15.40-16.10 Sesja fitness z użyciem pierścieni **Smovey**. Spółdzielnia Socjalna Pomagajmy Razem

SCENA SPORTOWA / PAW. 15, SALA 1.C

10.30-11.00 Sesja fitness z użyciem pierścieni **Smovey**. Spółdzielnia Socjalna Pomagajmy Razem

11.10-11.50 Aktywne ćwiczenia ciała – taneczne, wzmacniające, relaksacyjne. Ćwiczenia mięśni twarzy. Wyższa Szkoła Pedagogiki i Administracji im. Mieszka I w Poznaniu

13.30-14.00 Spotkanie kominkowo-muzyczne, pąsy i zabawy. Związek Harcerstwa Polskiego Chorągiew Wielkopolska

14.10-15.10 Dodaj życia do lat. Tance integracyjne. Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA Oddział w Poznaniu

15.20-15.50 Szkolenie prawidłowej techniki marszu **Nordic Walking**. Nordic Walking Polska

WARSZTATY POZIOM 0 / SALA ZIELONA 0.A

10.15-11.45 Jak opiekować się osobą przewlekle chorą w domu - warsztat „Damy rade” dla opiekunów osób niesamodzielnych. Fundacja Razem Zmieniamy Świat oraz PPHU CITO sp. z o.o.

13.05-14.35 Dziadek do gramofonu – otwarty warsztat DJ-ski. Jak połączyć świat współczesny ze wspomnieniami za pomocą gramofonu, miksera, laptopa i płyt winylowych. Fundacja „Nieściszalni”

WARSZTATY POZIOM 0 / SALA ZIELONA 0.B

10.15-11.45 Czerniak od A do Z – prelekcja i warsztat na temat nowotworu skóry. Stowarzyszenie Chorych na Czerniaka. Uczestnicy warsztatu będą mogli skorzystać z badania znamion za pomocą videodermatoskopu.

13.20-14.50 Papieroplastyka – wykonywanie ozdobnych toreb. Klub Seniora ASTER.

15.00-16.00 Łap słowo, które masz na końcu języka. Usprawnianie mowy i języka. Stowarzyszenie Afazja

WARSZTATY / PAW. 15, POZIOM 1 / SALA NIEBIESKA 1.A

10.15-11.00 Zdrowy kręgosłup - prelekcja. Nordic Walking Polska

11.10-11.40 Testament sposobem na przedłużenie swojego życia - prawne i społeczne aspekty sporządzania testamentów. Kampania "Napisz Testament". Fundacja Otwarte Forum

13.30-15.00 Mediacje dla seniorów, czyli polubowne rozwiązywanie sporów. Europejski Instytut Mediacji

15.05-16.05 Atrakcje Czarnogóry. Prowadzenie: Tanja Ciesla-Ilic. Stowarzyszenie Pilotów Wycieczek

WARSZTATY / PAW. 15, POZIOM 1 / SALA POMARANCZOWA 1.B

10.20-11.05 Aktywne ćwiczenia umysłu - zajęcia językowe i pamięciowe. Wyższa Szkoła Pedagogiki i Administracji im. Mieszka I w Poznaniu

11.10-11.40 Prezentacja Wielkopolskiego Portalu Senioralnego „Brawo Senior”. Fundacja Obywatelska „Czas Jaszczurów”

13.20-14.10 Druga młodość na wczesnych senioralnych. Prowadzenie: Anna Szałaj, Bogusław Zmaczyński. Funclub Sp. z o. o.

14.20-16.10 Pomoc medyczna w nagłych przypadkach - gdzie szukać? Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego i Wielkopolski Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia w ramach Poznańskiej Akademii Bezpieczeństwa

WYDARZENIA NA STOISKU SEMILAC, PAW. 15 ST. 18

Pokaz Instruktorce Akademii Semilac Agnieszki Ściepury:

10:30 Lakier klasyczny czy hybrydowy

14:00 Semilac SPA dla dłoni i paznokci

15:30 Zdobienie paznokci