Senioralia w Nowej Hucie

 Projekt „ Senioralia w nowej Hucie” – realizowany w okresie letnim

przeznaczony dla Seniorów 5 Dzielnic Nowej Huty – Dzielnicy XVIII,XVII, XVI, XV,XIV. Realizowany w miejscu PL. Centralny, NCK.

Projekt ten złożony by był z trzech części:

1. Konkursowa
2. Edukacyjna
3. Rozrywkowa

W części konkursowej Seniorzy – Seniorki biorą udział w konkursie

- dieta w okresie senioralnym, potrawy prozdrowotne np. inspiracją i wiodącym składnikiem do przygotowania jest, kasza gryczana.

Konkurs z nagrodami za najlepsze potrawy.

W części edukacyjnej -wykłady i panele dyskusyjne nt. Profilaktyki i Promocji Zdrowia Seniorów np. pt.” Ku Zdrowej Starości”

Gerentolog, Dietetyk, Specjalista – fizjoterapeuta od kondycji ruchowej,

Lekarz chorób wewnętrznych- profilaktyka.

W części rozrywkowej- przegląd amatorskich artystycznych grup obrzędowych.

Koncert gwiazdy i dyskoteka dla Seniorów z DJ Viki.

Czas przewidziany na realizację to od godz. 9 – 21,30

W czasie trwania wydarzenia dostęp do napoi ciepłych i zimnych, plus poczęstunek.

 Bogumiła Drabik