

# Zaproszenie



**Spotkanie inauguracyjne**

## Aktywny Senior XXI wieku



**5 grudnia 2018 r.**  
godz. 10:00 – 14:30



**IBIS Hotel**  
ul. Piłsudskiego 18  
86-300 Grudziądz



WOJEWÓDZTWO  
KUJAWSKO-POMORSKIE

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



## Program spotkania

9:30	Rejestracja uczestników
10:00 – 10:10	Przywitanie uczestników spotkania
10:10 – 11:10	<u>Karolina Kramkowska</u> - Aktywizacja osób z chorobą otępienną w domu
11:10 – 12:10	<u>Agnieszka Kudanowska</u> - Niech żywność będzie waszym lekarstwem
12:10 – 13:00	Przerwa kawowa
13:00 – 14:00	<u>Radosław Perkowski</u> - Sprawny jak...senior! Rzecz o aktywności fizycznej wieku podeszłego
14:00 – 14:30	Podsumowanie spotkania i dyskusja

**Liczba miejsc jest ograniczona, o zakwalifikowaniu decyduje kolejność zgłoszeń**

Karty zgłoszeniowe należy przesać w nieprzekraczalnym terminie do dnia **03.12.18 r.**