

# SPOTKANIE

## Aktywny i zdrowy Senior

### KIEDY

**3 września 2019  
10:00–14:30**

### GDZIE

**Hotel Autos**

**ul. Unii Europejskiej 2b, Solec Kujawski**

### ORGANIZATOR

**Regionalny Ośrodek Polityki  
Społecznej w Toruniu**



**LICZBA MIEJSC  
OGRANICZONA,  
decyduje kolejność  
zgłoszeń**

### JAK DOKONAĆ ZGŁOSZENIA

- telefonicznie pod nr 56 657-14-69
- przysyłając formularz zgłoszeniowy na adres: [j.parzyszek@rops.torun.pl](mailto:j.parzyszek@rops.torun.pl) lub faxem na nr 56 657-14-61

**DO 2 WRZEŚNIA 2019 R.**

### SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE

pod nr tel. 56 657-14-69

## Program spotkania

9:30	Rejestracja uczestników
10:00 – 10:10	Przywitanie uczestników
10:10 – 11:10	<b>Sebastian Szyper</b> Aktywny kręgosłup — wszystko w Twoich rękach
11:10 – 12:10	<b>Małgorzata Rewers</b> Optymalne pozycje ułożeniowe i bezpieczny transfer osób starszych
12:10 – 13:00	Przerwa kawowa
13:00 – 14:00	<b>Agnieszka Woźniewicz</b> Wsparcie opiekunów osób z demencją
14:00 – 14:30	Podsumowanie spotkania oraz dyskusja

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

Karty zgłoszeniowe należy przesać w nieprzekraczalnym terminie do dnia **02.09.19 r.**