

Zdrowy i sprawny wrocławski senior



Zdrowy i sprawny wrocławski senior

Data publikacji
28.07.2020 16:32

Fundacja „Vladislawia” realizuje projekt współfinansowany przez Gminę Miasto Wrocław pt. „Zdrowy i sprawny Senior”. Celem projektu jest wzrost aktywności zdrowotnej i społecznej seniorów poprzez udział w

warsztatach z muzykoterapii i w warsztatach manualnych.

Co czwartek od godz.10.00 do 11.00 w sali gimnastycznej Collegium Maius KSW przy ul. Okrzei 94 we Włocławku, grupa seniorów ćwiczy i relaksuje się w ramach muzykoterapii. Zajęcia te sprzyjają integracji w grupie i poprawie komunikacji społecznej, uczą odpoczynku i relaksacji oraz usprawniają funkcje percepcyjno-motoryczne.

Natomiast w piątki od godz.10.00 do 12.00 w świetlicy AKWARIUM pl. Wolności 1 we Włocławku odbywają się warsztaty manualne w zakresie rękodziela artystycznego - m.in. filcowanie, quilling.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <http://www.wloclawek.pl/pl/arttykul/76/15485/trwa-projekt-zdrowy-i-sprawny-senior>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)