

## Forum Aktywnego Seniora - edycja wiosna 2021



## **Forum Aktywnego Seniora - edycja wiosna 2021**

Data publikacji  
15.03.2021 10:22

## **Gazeta Pomorska zaprasza na kolejne Forum Aktywnego Seniora on line.**

- Forum odbędzie się w terminie: 22-26 marca br.
- Początek wykładów codziennie o godz. 12:00.

Wideorelacje z II Forum Aktywnego Seniora będą prowadzone na stronach internetowych organizatora: pomorska.pl/senior, expressbydgoski.pl/senior oraz nowosci.com.pl/senior i Facebooku "Pomorskiej", "Expressu Bydgoskiego" oraz "Nowości".

Prelekcje wideo będą ogólnodostępne - oznacza to, że aby wziąć w nich udział, nie trzeba się nigdzie logować, czy rejestrować.

Tematy zaplanowanych prelekcji II Forum Aktywnego Seniora:

- Poniedziałek, 22 marca br. - Prof. Jerzy Bralczyk "Jak dogadać się między pokoleniami?";
- Wtorek, 23 marca br. - dr Ludmiła Zająć-Lamparska i Karin Lesiak "Zdrowie psychiczne i fizyczne w dobie pandemii". Ekspertki wyjaśnią, jak zadbać o zdrowie psychiczne i jak radzić sobie ze stresem w czasie pandemii. Podpowiedzą, jak radzić sobie z problemami, nie tracąc dobrego humoru. I co wspólnego ma z tym śmiechojoga?;
- Środa, 24 marca br. - Piotr Wódkowski "Ludzkim głosem o prawie: prawa konsumenta, jak nie dać się oszukać i jak walczyć o swoje prawa";
- Czwartek, 25 marca br. - Dominik Strzelec "Jak przygotować ogród na wiosnę?";
- Piątek, 26 marca br. - Artur Dobiegała "Podróże po regionie".

Zachęcamy do udziału.

Źródło: <https://pomorska.pl/forum-aktywnego-seniora-2021-piec-paneli-tematycznych-przez-piec-kolejnych-dni-od-22-do-26-marca-online/ar/c15-15480910?fbclid=IwAR1E6wN34LpI6ViRBLWfobK7Fdjzgz1eP7pMsTGjJWgTbzhPfkXYbQ4iew>

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

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

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