

## VI Toruńska Senioriada - Jesteśmy 2022



## **VI Toruńska Senioriada - Jesteśmy 2022**

Data publikacji  
07.06.2022 13:37

## **Już w najbliższą niedzielę wracamy z toruńską „Senioriadą”!**

Wydarzenie odbędzie się już 12 czerwca 2022 roku, w godz. 11.00–17.00. Tegoroczna edycja, podobnie jak poprzednie, odbędzie się w amfiteatrze Muzeum Etnograficznego im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej, gdzie wśród pięknej zieleni zapanuje wypoczynkowo-rekreacyjna atmosfera.

Wstęp na wydarzenie jest wolny, a w programie znajdą się m.in.: prezentacja twórczości artystycznej, kiermasz rękodzieła klubów seniora, bezpłatne badania diagnostyczne oraz pokaz form aktywności i rekreacji sportowo-zdrowotnej seniorów. Seniorzy będą mieli okazję zaprezentować swoje zainteresowania i osiągnięcia, a także zintegrować się i miło spędzić czas.

Zwłaszcza teraz, po trudach pandemii i sytuacji długotrwałego stresu – wspólnie spędzony czas i integracja są niezwykle ważne, co ma swoje odzwierciedlenie w tegorocznym programie wydarzenia. Nie zabraknie konkretnych wskazówek, jak radzić sobie ze stresem w codziennym życiu. W trakcie „Senioriady” zatroszczymy się nie tylko o zdrowie psychiczne, ale też przyjrzymy się schorzeniom, na które szczególnie narażeni są seniorzy i zadbamy o ich profilaktykę.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <http://mywtoruniu.pl/vi-torunska-senioriada-jestesmy-2022/>

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

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)
  
- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)