

15 września, niedziela

g. 12.00 **Inauguracja 2. Kaliskiej Senioriady**

uroczyste przekazanie kluczy seniorom przez Prezydenta Miasta.
START: Główny Rynek 20 i przemarsz do Domu Pomocy Społecznej

g. 13.30–18.00 **Piknik dla seniorów**

MIEJSCE: Dom Pomocy Społecznej, ul. Winiarska 26

16 września, poniedziałek

Akademia Zdrowego Seniora

g. 9.30–11.30

warsztaty kulinarne dla seniorów

MIEJSCE: Zespół Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich, ul. Wodna 11–13
// zapisy – tel. 62 7654 477 do dnia 9.09.2019 r.

g. 10.00–14.00

bezpłatne badania:

wzroku, cukru, ciśnienia, spirometria, konsultacja dietetyczna z analizą składu ciała, lampa Biotron | badania osteoporozy i słuchu w g. 10.00–16.00
MIEJSCE: Dom Seniora, ul. Częstochowska 140

g. 11.00–13.00

drzwi otwarte w Ośrodku Dziennego Pobytu „Bursztyn”

- „Dlaczego ważne jest aby pozostać w ruchu?” – prelekcja wraz z pokazem ćwiczeń przez fizjoterapeutę
- warsztaty terapii zajęciowej: nauka robienia na szydełku oraz wypiekanie z masy solnej
- „System opieki geriatrycznej w Polsce” – wykład

MIEJSCE: Ośrodek Dziennego Pobytu „Bursztyn”, ul. Zagorzynek 34

g. 14.30–17.00

o zdrowiu w ratuszu

- „Co pacjent o swoich prawach wiedzieć powinien?” – spotkanie z przedstawicielem NFZ,
- „Cukrzyca – epidemia XXI wieku” – wykład
- „Jak wspierać swoje zdrowie?” – wykład

MIEJSCE: Ratusz, Główny Rynek 20, sala recepcyjna

17 września, wtorek

g. 10.00–13.00 **Edukacja i Bezpieczeństwo Seniora**

- „Bezpieczny senior” oraz „Mapa zagrożeń” – Komenda Miejska Policji
- „Seniorze uważaj na nieuczciwych sprzedawców” – spotkanie z Miejskim Rzecznikiem Konsumentów
- „Konto dla seniora” – spotkanie z doradcą finansowym

MIEJSCE: Ratusz, Główny Rynek 20, sala recepcyjna

g. 16.00–18.00 **„Bezpieczeństwo w sieci”**

warsztaty komputerowe // zapisy – tel. 62 7654 477 do dnia 9.09.2019 r.

18 września, środa

Kaliska Olimpiada Dla Zdrowia Seniora

g. 9.15–9.55

rejestracja uczestników imprezy oraz odebranie pakietów startowych

g. 10.00

powitanie, uroczyste otwarcie olimpiady

g. 10.15

rozgrzewka

g. 10.25–12.30

rozgrywanie konkurencji rekreacyjnych

g. 12.30–13.00

ciepły posiłek

g. 13.10

wręczenie pamiątkowych medali, dyplomów oraz nagród, zakończenie olimpiady

MIEJSCE: Stadion Miejski, ul. Łódzka 19–29

// zapisy – tel. 62 7654 477 do dnia 9.09.2019 r.

19 września, czwartek

Kultura Dla Seniora

g. 9.00–12.00

zwiedzanie Centrum Kaliskich Legend i Baśni oraz Lokacji Miasta w Baszcie Dorocie, a także Skarbcza Bazyliki św. Józefa
// zapisy – tel. 62 598 27 31 lub 571 315 110 do dnia 9.09.2019 r.

g. 10.00–14.30

warsztaty z rękodzieła artystycznego
MIEJSCE: Fundacja Kaliski Inkubator Przedsiębiorczości, ul. Częstochowska 25 // zapisy – tel. 515 804 278 do dnia 9.09.2019 r.

g. 12.00–15.00

zwiedzanie Kalisza zabytkowym autobusem,
// zapisy – tel. 62 7654 477 do dnia 9.09.2019 r.

g. 13.00–15.00

- zajęcia z kaligrafii
- zwiedzanie pracowni artystycznej Władysława Kościelniaka
- zwiedzanie ekspozycji stałych biblioteki pt. „Z bibliotecznego lamusa” oraz „Szkolnej ławy czar”
- kuratorskie oprowadzanie dr Bogumiły Celer przybliżające wystawę pt. „Druki muzyczne z przełomu XIX i XX wieku w zbiorach specjalnych Książnicy Pedagogicznej im. A. Parczewskiego w Kaliszu”
- poznanie księgozbioru Książnicy oraz możliwość zapisania się do biblioteki
- zapoznanie się z ofertą Książnicy skierowaną do seniorów

MIEJSCE: Publiczna Biblioteka Pedagogiczna Książnica Pedagogiczna im. A. Parczewskiego w Kaliszu, ul. Południowa 62 (wjazd od ul. Kordeckiego)

g. 16.00–17.00

„Książkowe kulinarium w literaturze pięknej”
MIEJSCE: Filia nr 4 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. A. Asnyka, al. Wolności 27
// zapisy – tel. 515 804 278 do dnia 9.09.2019 r.

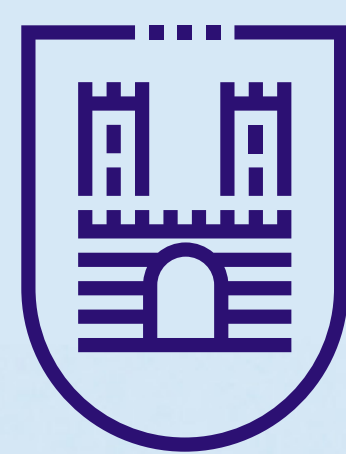
20 września, piątek

g. 11.00 **Żonkilowe Pola Nadziei**

• Fundacja „Z godnością” – sadzenie żonkili w Domu Pomocy Społecznej, ul. Winiarska 26

od g. 16.00 **Uroczysty bal**

MIEJSCE: Ośrodek Sportu, Rehabilitacji i Rekreacji w Kaliszu, ul. Łódzka 19–29
// zapisy – tel. 515 804 278, 62 7654 477 do dnia 9.09.2019 r.



Kalisz

Krystian Kinastowski
Prezydent Miasta Kalisza zaprasza



15–20 września

wstęp wolny na wszystkie wydarzenia

2. kaliska senioriada

www.kalisz.pl

  **Kalisz.Dopisz swoją historię.**