

PROGRAM INICJATYWY
pt. Gotuj zdrowo z GOK Szumowo

Data: **16.07.2022**

Miejsce: **Gminny Ośrodek Kultury w Szumowie**

Prowadzący: **Urszula Jaworowska**

godziny	tematyka
16 lipca 2022 – sobota *	
9.00-10.30	Aktywny i potrzebny senior-wolontariusz.
10.30-12.00	Jak spędzać czas z osobą starszą? Wspólne zajęcia, integracja, 30 zajęć dla seniorów – praca w grupach.
12.00-13.30	Integracja międzypokoleniowa na przykładzie działalności Gminnego Ośrodka Kultury w Szumowie. Potrzeby społeczne osób starszych.
13.30-15.00	Jak można aktywizować seniorów? Przykłady, wzory.

* poczęstunek serwowany w sposób ciągły