

IMPREZA PLENEROWA W RAMACH DNI SENIORA W BIELSKU-BIAŁEJ

1 października 2019 r., w godz. od 10.00 do 15.00

Park im. Juliusza Słowackiego, Kompleks Sportowy „Orlik” z sezonowym lodowiskiem, Bielskie Centrum Kultury



ESTRADA

sezonowe lodowisko

- 10.00 Wspólne śpiewanie przy akordeonie – seniorzy z Fundacji Aktywności Społecznej „Złote Łany”
- 10.30 Pokaz udzielania pierwszej pomocy Bielskie Pogotowie Ratunkowe
- 11.00 „Piękne Panie w obiektywie” – Zespół Taneczny AS+ Stowarzyszenie Akademia Seniora
- 11.15 „Pokaz mody seniorów” – seniorzy z Ośrodków Wsparcia dla Osób Starszych Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Bielsku-Białej
- 11.30 Zumba Gold – Irena Awieruszko-Ptaszkiewicz, Czesław Ptaszkiwicz oraz członkinie Stowarzyszenia Amazonki w Bielsku-Białej
- 12.00 Prelekcja „Bezpieczny Senior” – Komenda Miejska Policji w Bielsku-Białej
- 12.30 Występ Grupy Teatralnej „Panaceum” Stowarzyszenie Akademia Seniora
- 13.00 Uroczyste otwarcie „Dni Seniora w Bielsku-Białej” Prezydent Miasta Bielska-Białej oraz Przewodnicząca Rady Seniorów Miasta Bielska-Białej
- 13.10 Układ taneczny „Wielka podróż” Grupa Taneczna S+ z Domu Kultury im. Wiktorii Kubisz
- 13.15 Prelekcja „Zagrożenie tlenkiem węgla” Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej i Beskidzki Cech Kominarzy w Bielsku-Białej
- 14.00 Występ Zespołu Wokalnego „Retro” z Domu Kultury w Wapienicy
- 14.20 Występ Formacji Tańca „Mad Moves” z Domu Kultury Włókniarzy
- 14.40 Występ Zespołu Wokalnego NIŻEJ z Domu Kultury Włókniarzy

ZAJĘCIA REKREACYJNE

miejsce zbiórki: główne wejście na „Orlik”

- 12.15 warsztaty nordic walking
- 13.30 warsztaty nordic walking
Bielsko-Biański Ośrodek Sportu i Rekreacji

PROFILAKTYKA ZDROWOTNA

plac za Bielskim Centrum Kultury (przed sceną letnią)

- Badania profilaktyczne: densytometria (ocena gęstości mineralnej kości), spirometria (pomiar objętości i pojemności płuc), ocena wieku serca
MD Multidiagnostica
- Promowanie zdrowego widzenia: komputerowe badania ostrości widzenia, bezpłatne konsultacje ze specjalistą ds. diagnozy i korekcji wad widzenia (optometrystą), porady w zakresie poprawności obecnie noszonej korekcji okularowej, podstawowy serwis noszonych obecnie okularów
Salony Optyczne Doktor Marchewka

sezonowe lodowisko

- Nauka udzielania pierwszej pomocy
Bielskie Pogotowie Ratunkowe
- Pokaz ćwiczeń odciążających kręgosłup, promowanie prawidłowych wzorców ruchowych
Klub Mrs. Sporty Bielsko-Biała

WARSZTATY

sezonowe lodowisko

- Less waste – mówimy stop foliówkom – Fundacja Aktywności Społecznej „Złote Łany”
- Szyjemy filcowe breloki – Fundacja Aktywności Społecznej „Złote Łany”
- Decoupage – Stowarzyszenie Akademia Seniora
- Bransoletki z koralików – Stowarzyszenie Akademia Seniora
- Malowane ptaszki – Stowarzyszenie Mieszkańców Osiedla Karpackiego
- Zmotki wyplatane na palcach (rodzaj szalika, ozdoby na szyję) – Stowarzyszenie Mieszkańców Osiedla Karpackiego
- Zdobienie mix media – Stowarzyszenie Wspierania Rodziny w Bielsku-Białej
- Wykonanie biżuterii – Klub Seniora Caritas „Na Obszarach”
- Mixmediowy barokowy medalion wykonywany w technice 3D – Klub Seniora Caritas „Pod Magnolią”
- Malowanie obrazów na szkle – Dom Pomocy Społecznej „Dom Nauczyciela”
- Wykonanie ksiąg ozdobnych, okolicznościowych
Dom Pomocy Społecznej dla Osób Starszych
- Obrazy ze sznurka wykonane techniką string art
Dom Pomocy Społecznej dla Przewlekłe Chorych
- Warsztat ceramiczny Anioły – Ośrodki Wsparcia dla Osób Starszych Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Bielsku-Białej

STANOWISKA INFORMACYJNE

sezonowe lodowisko, Park im. Juliusza Słowackiego

- Rada Seniorów Miasta Bielska-Białej
- Komenda Miejska Policji w Bielsku-Białej
- Uniwersytet Trzeciego Wieku Akademia Techniczno-Humanistyczna w Bielsku-Białej
- Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze Oddział PTTK „Podbeskidzie” w Bielsku-Białej
- Stowarzyszenie „Amazonki” w Bielsku-Białej
- Stowarzyszenie Akademia Seniora
- Fundacja Zróbmy.To
- Straż Miejska w Bielsku-Białej
- Wydział Zarządzania Kryzysowego Urzędu Miejskiego w Bielsku-Białej
- Wydział Polityki Społecznej Urzędu Miejskiego w Bielsku-Białej

PONADTO

sezonowe lodowisko

- prezentacja prac wykonanych przez seniorów – grupa „Szalona Rodzinka” ze Starego Bielska
- FOTO-MIRROR – interaktywne dotykowe foto-lustro
- Eko catering – Bielskie Centrum Kształcenia Ustawicznego i Praktycznego

Szczegółowe informacje:

Urząd Miejski w Bielsku-Białej Wydział Polityki Społecznej
pl. Ratuszowy 6, tel. 33 49 714 92, 33 49 714 99; www.seniorzybielsko.pl

Organizator zastrzega sobie prawo zmian w programie