

III Dzień Seniora w Mysłowicach

Bezpłatne badania medyczne, porady dotyczące bezpiecznych zachowań, święto kapeluszy i Nocny Złot Pojazdów Zabytkowych „ClassicMania Night” – oto atrakcje przygotowywane na III Dzień Seniora w Mysłowicach. Seniorzy będą spędzać 18 maja od godz. 15.00, wspólnie z młodszymi pokoleniami, w Centralnym Muzeum Pożarnictwa.

Święto rozpocznie się korowodem barwnych kapeluszy prowadzonym rytmem Orkiestry Komendy Wojewódzkiej Policji w Katowicach. Po raz trzeci osoby powyżej 60. roku życia będą podziwiać występy wnucząt i bawić się w klimacie lat 70. i 80. ubiegłego stulecia.

– Chcemy zachęcić osoby starsze, samotne do wychodzenia z domu i integracji z młodszymi pokoleniami – mówi Dariusz Wójtowicz, prezydent Mysłowic.

– W tym roku stawiamy na aktywność w trzech **strefach: zdrowie, bezpieczeństwo i relaks. Liczymy na to, że senioralne święto zdopinguje do życiowej aktywności większość osób z ponad 17. tysięcznej grupy myślowickich seniorów.**

Seniorzy będą mogli za darmo otrzymać „Pudełka

życia”, zrobić

badania wzroku, zmierzyć ciśnienie

i poziom cukru, wykonać spirometrię. Skorzystają z **bezpłatnych konsultacji trenerskich i żywieniowych oraz**

**analizy składu ciała. Z myślą o bezpieczeństwie seniorów
przeprowadzony będzie pokaz udzielania pierwszej pomocy,
samoobrony
oraz porady przygotowane przez
pracowników Komendy Miejskiej Policji, Straży Miejskiej i
Komendy Miejskiej
Państwowej Straży Pożarnej. Rad związanych z bezpieczeństwem
konsumentów
udzielać będzie Miejski Rzecznik Konsumentów.**

Dzień Seniora organizuje prezydent Mysłowic, Mysłowicki Ośrodek Kultury i Mysłowicka Rada Seniorów. We współorganizację, w ramach solidarności międzypokoleniowej, włącza się młode pokolenie z Młodzieżowej Rady Miasta oferując m.in. porady informatyczne i związane z makijażem seniorek. Patronat medialny nad wydarzeniem sprawuje m.in. „Gazeta Senior”, TVP S.A. o/Katowice, Polskie Radio Katowice SA, myslowice.net, itvm.

III Dzień Seniora



18 MAJA
2019
GODZ. 15.00 - 20.00



Centralne Muzeum Pożarnictwa
MYSŁOWICE
SŁUPNA

PROGRAM

- Występ Orkiestry Komendy Wojewódzkiej Policji.
- „Święto kapelusza” – konkurs na najbardziej pomysłowy kapelusz. Korowód kapeluszy.
- Pokaz samoobrony dla osób starszych. Pokazowy trening Gym&Fitness Maximus Mysłówice – konsultacje trenerskie, żywieniowe. Joga na trawie.
- Bezpłatne badania wzroku, spirometria, pomiar ciśnienia i poziomu glukozy. Stoisko z „Pudełkami życia”.
- Śląskie Laboratoria Analityczne – analiza składu ciała, porady dietetyczne, konkursy.
- Przeciąganie liny MRS i MRM. Makijaż dla senierek.
- Porady Miejskiego Rzecznika Konsumentów, przedstawicieli Policji, Straży Miejskiej i Straży Pożarnej.
- Występy zespołów muzyczno – tanecznych m.in. z mysłowickich przedszkoli i szkół.
- Prezentacja prac plastycznych seniorów.
- ClassicMania Night – nocny Zlot Pojazdow Zabytkowych.

z d r o w i e | b e z p i e c z e ń s t w o | a k t y w n o ść | r e l a k s



MYSŁOWICKA
RADA
SENIORÓW

STOWOZWIĄZ
SENIORÓW
VOX



POLICJA



MAXIMUS
MAXIMUS



Pięknyma
Wiosną

Pięknyma
i Aktywna
Lato



Auchan



S&P

itv



MYSŁOWICE
NET

Polskie
Radio
Katowice

TVP 3
KATOWICE

Źródło: www.myslowice.pl