

TYDZIEŃ ATRAKCJI DLA SENIORÓW

„Tydzień Seniora” to przedsięwzięcie mające na celu utworzenie dla osób w wieku 60+ atrakcyjnej oferty działań kulturalnych. Uroczysta inauguracja odbędzie się 30 września, w dniu poprzedzającym Międzynarodowy Dzień Osób Starszych.

Wydarzenie jest organizowane wspólnie przez Stowarzyszenie Przyjaciół Miejskiej Biblioteki Publicznej w Olsztynie, Radę Olsztyńskich Seniorów, Miejską Bibliotekę Publiczną w Olsztynie oraz Wydział Polityki Społecznej i Organizacji Pozarządowych Urzędu Miasta Olsztyna. „Tydzień Seniora” rozpocznie turniej międzypokoleniowy w „Planecie 11” – filii MBP, podczas którego osoby starsze będą rywalizować z młodzieżą. Inaugurację uświetni wernisaż wystawy fotograficznej pt. „Olsztyn – zmiany i wspomnienia”.

Zachęcamy do udziału w wydarzeniach, wstęp wolny!

**„Tydzień Seniora”
30 września - 6 października**

Program:

30 września

w godz. 11.00-13.30

Inauguracja Tygodnia Seniora

W ramach uroczystej inauguracji Tygodnia Seniora zorganizowany zostanie turniej międzypokoleniowy, podczas którego

seniorzy będą rywalizować z młodzieżą w następujących dyscyplinach:

- „Jaka to melodia” zgadywanie melodii starych i współczesnych w połączeniu z występami chóru Pałacu Młodzieży.

- quiz wiedzy o czasach dawnych i współczesnych

- kalambury.

Inaugurację uświetni wernisaż wystawy fotograficznej pt. „Olsztyn – zmiany i wspomnienia”

Planeta 11, al. Piłsudskiego 38

1 października

w godz. 8.00-10.00

Zajęcia Tai-Chi

Zajęcia z praktyki Tai-Chi, Yogi, gimnastyki wzmacniającej.

Aula Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 4, ul. Turowskiego 3

2 października

w godz. 11.30-12.30

Bezpieczny senior - spotkanie z prawnikiem

Projekcja filmu edukacyjnego oraz dyskusja.

Filia nr 15, ul. Obrońców Tobruku 15/2U

w godz. 15.00-16.30

Warsztaty bębniarskie Djembe

Zapoznanie z bębnami Djembe i podstawami gry. Wszyscy chętni będą mieli okazję spróbować gry

na afrykańskim
instrumencie pod okiem doświadczonego profesjonalisty.

Planeta 11, al. Piłsudskiego 38

w godz. 14.00-15.30

Warsztaty komputerowe - podstawy

Liczba uczestników w grupie: 10 osób. Zapisy pod tel. 89 526 65 17

Multicentrum, ul. Limanowskiego 8

w godz. 16.30-18.00

PASJOnujące spotkania

Spotkanie osób reprezentujących różnorodne rodzaje zainteresowań wypełniających czas wolny.

Prezentacja prac własnych. Inauguracja wernisażu obrazów Czytelników biblioteki.

Filia nr 9, ul. Żołnierska 47

w godz. 18.00-19.30

Zajęcia Tai-Chi

Zajęcia z praktyki Tai-Chi, Yogi, gimnastyki wzmacniającej.

Sala Policyjnego Klubu Sportowego Gwardia, Al. Piłsudskiego - wejście z tyłu od podwórka od strony ul. Kopernika

3 października

w godz. 10.30-12.00

Sztafeta pokoleniowa - Seniorzy kontra juniorzy

Temat spotkania: Tajemnice mojego miasta i osiedla „Pojezierze” - spotkanie z przewodnikiem

Filia nr 2, ul. Świtezianki 4

w godz. 10.30-11.30

Kurs podstawowy obsługi komputera

Ilość osób ograniczona. Informacje i zapisy pod tel. 89 527 89 52

Filia 18, ul. Żytnia 71

w godz. 11.30-12.30

Bezpieczny senior - spotkanie z policjantem

Projekcja filmu edukacyjnego oraz dyskusja.

Filia 15, ul. Obrońców Tobruku 15/2U

w godz. 17.00-18.00

Kult Wesela - Przedstawienie Teatru przy Stoliku

Teatr przy Stoliku przedstawi „Kult Wesela” (scen. Wiesława Szymańska) - wybrane wątki „Wesela” Stanisława

Wyspiańskiego połączone z utworami zespołu Kult i solową twórczością Kazika Staszewskiego!

Wykonawcy: Agnieszka

Castellanos-Pawlak, Wiesława Szymańska, Jarosław Cupriak, Dawid Dziarkowski. Wprowadzenie - Elżbieta Lenkiewicz

Planeta 11, al. Piłsudskiego 38

w godz. 17.00-18.30

Spotkanie autorskie z Joanną Jax

Spotkanie autorskie z Joanną Jax, znaną olsztyńską powieściopisarką, autorką m. in. „Dziedzictwa von Becków”.

Filia nr 6, ul. Jarocka 65

w godz. 18.00-19.00

Spotkanie z Wiesławą Szymańską

Spotkanie z Wiesławą Szymańską, aktorką teatralną i filmową, reżyser, związaną z Teatrem im. Stefana Jaracza w Olsztynie.

Planeta 11, al. Piłsudskiego 38

4 października

w godz. 9.30-11.00

Mam przyjaciela seniora czyli co oni czytali, kiedy byli mali
Zajęcia literackie dla przedszkolaków z udziałem zaproszonego gościa/ gości.
Filia nr 9, ul. Żołnierska 47

w godz. 10.00-11.00

gimnastyka dla pań 50+
Prezentacja gimnastyki na kręgosłup
Filia nr 18, ul. Żytnia 71

w godz. 10.30-12.00

Z nami łatwiej - wykład dr E. Szwałkiewicz nt. niepełnosprawności
Dr Elżbieta Szwałkiewicz, Prezes Polskiego Stowarzyszenia Opiekunów „Z Nami Łatwiej” w Olsztynie oraz Przewodnicząca „Koalicji na pomoc Niesamodzielnym” przedstawi wykład o metodach radzenia sobie z niepełnosprawnością i niesamodzielną w codziennym funkcjonowaniu i zaspokajaniu podstawowych potrzeb życiowych.
Ratusz, plac Jana Pawła II 1, sala nr 219

w godz. 11.30-12.30

Bezpieczny senior - spotkanie z lekarzem
Projekcja filmu edukacyjnego oraz dyskusja.
Filia nr 15, ul. Obrońców Tobruku 15/2U

w godz. 14.00-15.30 oraz 16.00-17.30

Warsztaty komputerowe - obróbka zdjęć
Warsztaty komputerowe - obróbka fotografii cyfrowej. Liczba uczestników w grupie: 10 osób.
Zapisy pod tel. 89 526 65 17
Multicentrum, ul. Limanowskiego 8

w godz. 14.00-15.00, 15.15-16.15 oraz 16.30-17.30

j. angielski
Zajęcia z j. angielskiego. Liczba uczestników w grupie: 10 osób. Zapisy pod tel. 89 526 65 17
Multicentrum, ul. Limanowskiego 8

w godz. 16.30-18.00

Akademia rękodzieła
Warsztaty rękodzielnicze z wykorzystaniem różnych technik, np. papierowa wiklina, kwiaty z liści lub decoupage.
Filia nr 13, ul. Sikiryckiego 9

w godz. 18.00-19.30

Zajęcia Tai-Chi
Zajęcia z praktyki Tai-Chi, Yogi, gimnastyki wzmacniającej.
Sala Policyjnego Klubu Sportowego Gwardia, Al. Piłsudskiego - wejście z tyłu od podwórka od strony ul. Kopernika

5 października

w godz. 10.00-12.00

zajęcia Koła Plastycznego „Dajtki”
Zapoznanie się z podstawowymi technikami malarskimi.
Filia nr 18, ul. Żytnia 71

w godz. 10.30-12.00

Biblioteczne spotkanie seniorów przy herbatce
Biblioteczne spotkanie seniorów przy herbatce, a w nim:
- Podsumowanie konkursu „Album mieszkańców Pojezierza” (zdjęcia przyjmowane są do 30 września 2017)
- Nasze wspomnienia o historii osiedla „Pojezierze”

- Wyróżnienie najaktywniejszych czytelników

Filia nr 2, ul. Świtezianki 4

w godz. 11.30-12.30

Bezpieczny senior - bezpieczna bankowość

Projekcja filmu edukacyjnego oraz dyskusja.

Filia nr 15, ul. Obrońców Tobruku 15/2U

w godz. 14.00-16.00

Projekcja filmu „Mężczyzna imieniem Ove”

Projekcja filmu „Mężczyzna imieniem Ove” dramat, komedia, Szwecja, reżyseria: Hannes Holm.

Po projekcji zaaranżowana zostanie dyskusja. Ilość dostępnych miejsc: 60. Rezerwacja miejsc pod tel. 89 535 30 80

Kino Awangarda 2, Plac J. Pawła II 2/3

w godz. 14.00-15.30 oraz 16.00-17.30

Warsztaty komputerowe - poziom średnio-zaawansowany

Liczba uczestników w grupie: 10 osób. Zapisy pod tel. 89 526 65 17

Multicentrum, Limanowskiego 8

6 października

w godz. 14.00-15.30

Występ chórów olsztyńskich uczelni III wieku i podsumowanie Tygodnia Seniora

Podczas ostatniego dnia „Tygodnia Seniora” wystąpią chóry działające przy:

- Warmińsko-Mazurskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Olsztynie

- Jarockiej Akademii Trzeciego Wieku w Olsztynie

- Akademii Trzeciego Wieku przy MOK w Olsztynie,

Zaprezentowane zostanie również przedstawienie zespołu teatralnego BHAVO. Następnie uczestnicy spotkania będą

możli wspólnie podsumować Tydzień Seniora przy drobnym poczęstunku.

Ratusz, plac Jana Pawła II 1, sala nr 219

w godz. 15.00-16.30

Po nitce do kłębka

Warsztaty rękodzieła.

Filia nr 16, ul. Bałtycka 145

w godz. 17.00-19.00

Z pokolenia na pokolenie

Spotkanie z psychologiem, Panią Moniką Klimaszewicz. W programie także warsztaty na temat form wspólnego spędzania czasu wolnego w grupach wielopokoleniowych.

Filia nr 9, ul. Żołnierska 47