



**Wójt Gminy Rymań i Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Rymaniu  
oraz Klub Seniora w Rymaniu**

**zapraszają na**

# **RYMAŃSKIE SENIORALIA**

**23 października 2021 godz. 12:00**  
**Sala Wiejska GOK w Rymaniu**

**„żyjemy pełnią życia”**



**W programie:**

11:00 - Msza św. w kościele parafialnym w Rymaniu w intencji Seniorów

12:00 - Oficjalne otwarcie

13:00 - Senior w obiektywie na wesoło – Pan Tadeusz Dach

14:00 - Zbilansowana dieta dla Seniora, czyli na czym polega zdrowa dieta – Pani Martyna Rusiecka – dietetyk

15:00 - Podróże dalekie i bliskie – spotkanie z podróżnikiem

16:00 - Działalność Klubu Seniora w latach 2008 – 2021 – Pani Aldona Więcek

od 13:00 do 16:00 – Mierzenie ciśnienia, poziomu cukru we krwi i poziomu natlenienia krwi (pulsoksymetr) oraz porady pielęgniarki środowiskowej Pani Anny Piotrowskiej

**„Seniorska twórczość w trudnych czasach pandemii”**

Wernisaż prac malarskich oraz ceramiki i latawców powstałych podczas zajęć w Klubie Seniora

„Pod Aniołami” w Rymaniu.

