

Zdrowe i aktywne życie 60+

Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Rączki „Pokolenie Aktywnych”, Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej Województwa Świętokrzyskiego i Powiatowe Centrum Kulturalno-Rekreacyjne we Włoszczowie zapraszają Seniorów z powiatu włoszczowskiego do wzięcia udziału w projekcie „Zdrowe i aktywne życie 60+”.

W programie:

- spotkania rehabilitacyjne podnoszące sprawność fizyczną wśród seniorów;
- warsztaty z lekarzem o tematyce stosowania suplementów oraz zdrowego odżywiania się przy schorzeniach;
- spotkanie integracyjne – ognisko.

Uczestnicy zajęć otrzymają upominek.

Zapisy chętnych trwają **od 15 do 29 lipca 2021 r.** pod numerami telefonów 41 39 43 590, 795 190 370 lub w siedzibie PCK-R Włoszczowa (ul. Koniecpolska 42).

Udział w projekcie jest całkowicie bezpłatny. Ilość miejsc ograniczona.

Zajęcia będą realizowane w siedzibie Powiatowego Centrum Kulturalno-Rekreacyjnym we Włoszczowie.

Dodatkowych informacji na temat projektu udziela Renata Dziedzic, tel. 667 118 159.