

## **WYGINAM CIAŁO ŚMIAŁO - międzypokoleniowa integracja**

Stowarzyszenie CHWYTAJ DZIEŃ **zaprasza na drugie zajęcia, realizowane w ramach projektu „NAJTRUDNIEJSZY PIERWSZY KROK - międzypokoleniowa integracja”,**

**pn. „WYGINAM CIAŁO ŚMIAŁO”.**

W ramach zaplanowanych zajęć uczestnicy aktywnie spędzą czas poruszając się w rytm muzyki, tańcząc, śpiewając lub wyginając się na grzbiecie konia odkrywając możliwości swojego ciała. Ruch to podstawa naszego samopoczucia, zdrowia oraz dobrej kondycji psychicznej. Zachęcamy wszystkich do wzięcia udziału w zajęciach ruchowych, które mają na celu międzypokoleniową wymianę doświadczeń oraz integrację.

Zajęcia prowadzone będą min. przez instruktora rekreacji ruchu. Dodatkową atrakcją warsztatów będzie możliwość kontaktu i zabawy ze zwierzętami – końmi, alpaką, psami, kotami, oraz miłego spędzenia czasu na świeżym powietrzu w gronie uczestników warsztatów.

**Warsztaty odbędą się w niedzielę, 04 sierpnia 2019 roku**

**w Ośrodku Terapeutyczno - Wypoczynkowym „Ranczo u Lucy” w Przewozie 54,**

**w godzinach od 16.00 do 19.30.**

Do udziału w warsztatach zapraszamy mieszkańców naszego powiatu radziejowskiego w dwóch grupach wiekowych:

**osoby po 60 roku życia oraz dzieci i młodzież w wieku od 8 do 21 lat.**

Udział w warsztatach jest całkowicie bezpłatny.

Zgłoszenia do udziału w warsztatach należy kierować na adres e-mailowy: [chwytajdzien@protonmail.com](mailto:chwytajdzien@protonmail.com) do dnia 2 sierpnia 2019. Ilość miejsc jest ograniczona, w związku z czym o udziale w zajęciach decydować będzie kolejność zgłoszeń. Bliższe szczegóły pod nr. tel. 693 518 219.

Zajęcia te realizowane są w ramach projektu „NAJTRUDNIEJSZY PIERWSZY KROK - międzypokoleniowa integracja”, kierowanego do seniorów oraz dzieci i młodzieży - mieszkańców powiatu radziejowskiego, w ramach wykonywania zadań publicznych związanych z realizacją zadań Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego w 2019 roku, dotyczących działalności na rzecz osób w wieku emerytalnym, o których mowa w art. 16 ust. 1 i 6 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 roku o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

**Serdecznie zapraszamy seniorów, dzieci i młodzież - mieszkańców naszego powiatu do udziału w pierwszych tego typu - międzypokoleniowych warsztatach!**

Zarząd Stowarzyszenia CHWYTAJ DZIEŃ

**Zadanie współfinansowane jest ze środków Samorządu  
Województwa Kujawsko-Pomorskiego**



#### Informacje o artykule

**Autor:**

**Zredagował(a):** Marta Szymańska

**Data powstania:** 29.07.2019 14:16

**Data ostatniej modyfikacji:** 30.07.2019 10:37

**Liczba wyświetleń:** 1840

**Wydrukowano z serwisu:** piotrkowkujawski.pl

**Wydrukowano dnia:** 2026-06-13 12:43:49