

Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425

Starachowiccy Seniorzy kolejny miesiąc spędzili bardzo aktywnie. Czerwiec obfitował w wiele spotkań z okazji do integracji, nauki i zabawy.

Rozpoczęło się 14.06.2019 wycieczką na Ponidzie. Seniorzy mieli okazję zobaczyć przepiękną Wiślicę z Bazyliką Mniejszą oraz Muzeum Archeologicznym, Ogród na Rozstajach w Młodzawach oraz Park Zdrojowy w Busku Zdroju.



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Kolejną atrakcją dla Seniorów było przygotowanie zdrowego śniadania. Wraz z Panią dietetyk uczestnicy zajęć mieli za zadanie własnoręcznie przygotować zdrowy zbilansowany posiłek. Dzięki temu dowiedzieli się co można łączyć ze sobą a czego nie powinno się łączyć by jeść zdrowo.

Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Czas upływał a Seniorzy nie zwalniali tempa. W dniu 26.06.2019 Zespół Śpiewaczy "Wigorki" wraz z przyjaciółmi wystąpił na Kieleckich "Senioraliach". Jako jedyny otrzymał owacje na stojąco oraz bisował. Pokazuje to jak wysoki poziom posiadają wykonawcy pod batutą Krystyny Kowalczyk.

Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Na zakończenie miesiąca Seniorzy udali się na zabawę integracyjną. W Dworku Świętokrzyskim przy akompaniamencie Bogusława Capieryńskiego bawili się znakomicie.

Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425



Profilaktyka zdrowotna

Published: Monday, 01 July 2019 11:29

Hits: 49425

