



# III TYDZIEŃ INICJATYW SENIORALNYCH

● 11-17.09.2023

Projekt dofinansowany ze środków Urzędu Miasta Szczecin



Patronat Honorowy  
Prezydenta  
Miasta Szczecin



Centrum Seniors  
w Szczecinie



TOWARZYSTWO WSPIERANIA INICJATYW  
KULTURALNO-SPOŁECZNYCH

## Partronat medialny:



## Sponsorzy:

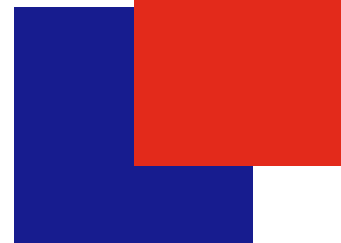


## Partnerzy:



Caritas Archidiecezji  
Szczecińsko-Kamieńskiej





### **11.00- Barwny Korowód Senioralny Kolorowe Kapelusze**

Start Plac Solidarności (Przy Filharmonii)

Barwny korowód kolorowych kapeluszy, pochod ulicami miasta, czyli huczne rozpoczęcie III Tygodnia Inicjatyw Senioralnych. W programie między innymi Konkurs na najbardziej przystrojony kapelusz. Finał marszu: Jasne Błonia.

**12.00-16.00- Targi Senioralne.** Swoją ofertę prezentować będą organizacje, instytucje oraz firmy prywatne działające na rzecz seniorów.

### **09.00-15.00 „Drzwi Otwarte”**

Organizator: Klub Dąb – Polski Związek Niewidomych- Prezes Halina Rumowska, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

### **10.00-13.00 Wystawa prac malarskich**

**p. Kazimierza Pomorskiego** -siedziba Klubu Seniora PZERil

Organizator: Stowarzyszenie PZERil Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERil

Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 – pok.3

### **10.00-15.00 Wystawa prac Walerego Siejtbałowa- artysty malującego ustami**

(w galerii prezydenckiej).

Organizator: Koło Repatriantów Oddziału Zachodniopomorskiego Stowarzyszenia "Wspólnota Polska"

Adres: Galeria Prezydencka, Urząd Miasta w Szczecinie

### **11.00-12.30 - Gry planszowe bez tajemnic. Zadziw wnuka – wspólnie zaprojektujcie grę- dr Grażyna Leśniewska:**

Organizator: Klub Seniora TWP OR w Szczecinie

Zapisy: 91 424 32 31

Adres: Ul. Monte Cassino 15, Budynek Akademii Nauk Stosowanych TWP w Szczecinie

**12.00-15.00 - „ Drzwi otwarte"- PZERil O/Szczecin-Dąbie** ul. Gryfińska 151- informacje o działalności oddziału,zapisy nowych członków, wystawianie zaświadczeń na ulgę PKP

Organizator: Stowarzyszenie PZERil Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERil

Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42

**„Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów” – tydzień zwiedzania Sanktuariów w Szczecinie.**

**Uczestnicy biorący udział w cyklu otrzymają przewodniki z opisami świątyń. Każdego dnia odprawiona zostanie msza w innym z Sanktuariów, które będzie także można zwiedzić.**

**12.00 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium Najświętszego Serca Pana Jezusa**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: Bogurodzicy 3

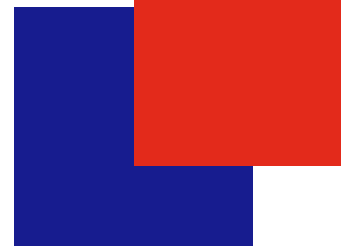
Zapisy: 513 131 671

**16.00-20.00 Sekcja brydża towarzyskiego**

Organizator: Klub Seniora Wielgowo, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże"

Adres: ul. Bałtycka 35, tel. 605 055 203





**09.00-15.00 Zapisy na semestr jesienny UTW SP**

Organizator: Klub Dąb Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Zapisy do Klubu Seniora DĄB**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-09.45 „Drzwi otwarte” - Gimnastyka dla Seniora,**

prowadzenie: dr Alicja Judyn  
Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-11.00 Nordic Walking,**

Organizator: Klub Seniora Wielgowo, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: zbiórka ul. Wiślana (przy wejściu do lasu)

**09.00-15.00 Wystawa twórców Warsztatów Artystycznych**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**9.30 Kurs obsługi smartfona PODSTAWY OBSŁUGI - 3 godzinny**

Organizator: Akademia Seniora w Szczecinie  
Zapisy: 508 199 196  
Adres: Al. Wyzwolenia 70 – dawny budynek Telekomunikacji pokój 347

**10.00-12.00 Zajęcia arteterapii**

Organizator: Towarzystwo Walki z Kalectwem  
Adres: Wielkopolska 32/u1

**10.00 Taniec w Kręgu**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku  
Adres: Jasne Błonia przy Orłach

**10:00-13.00 - Wystawa prac malarskich**

**p. Kazimierza Pomorskiego**

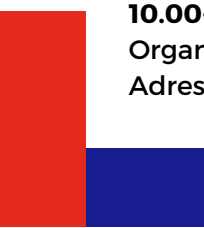
Organizator: Stowarzyszenie PZERiI Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERiI  
Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 – pok.3

**10.00-13.00 Informacja o działalności Stowarzyszenia PZERiI , wystawianie zaświadczeń na ulgę PKP-**

Organizator: Stowarzyszenie PZERiI Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERiI  
Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 pok.2

**10.00-14.00 Zajęcia komputerowe**

Organizator: Towarzystwo Walki z Kalectwem  
Adres: Wielkopolska 32/u1



**10.00 -11.30 „Warsztaty turystyczne seniorów” - prowadzenie**

prof. US dr hab., Zbigniew Głąbiński,

Organizator: Ekonomiczna Akademia Seniora

Adres: Wydział Ekonomii, Finansów i Zarządzania przy ul. Mickiewicza 64

**10.00-13.00 Zajęcia Zespołu Sztuki Użytkowej – zapoznanie się z różnymi technikami**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10.00-13.00 Dni Otwarte – Zapisy na rok akademicki 2023/24**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**11.00-14.00 „Seniorze, nie musisz być sam” – spotkanie z psychologiem Maja Wencierska**

Organizator: Stowarzyszenie Centrum Inicjatyw Edukacyjno-Społecznych

Adres: ul. Bolesława Śmiałego 16/u2

**11.00-13.00 „Drzwi otwarte” Warsztaty Cuda- wianki makrama, decoupage i różnorodności, prowadzenie mgr Krystyna Kniaź**

Organizator: Klub Szpak, Fundacja Kultury

i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Seledynowa 75a, tel. 91 463 17 44

**11.00-14.00 Gra miejska dla seniorów: Harcerskie miejsca w Szczecinie.**

Spacer połączony z zadaniami na poszczególnych punktach związanych z harcerstwem.

Organizator: Chórągiew Zachodniopomorska ZHP

Zapisy: 609776178

Adres: ul. Ogińskiego 15

**11.00-14.00 Gra w bule. Miejsce Jasne Błonia.**

Organizator: Chórągiew Zachodniopomorska ZHP

Zapisy: 609776178

Adres: ul. Ogińskiego 15

**11.00-14.00 Warsztaty z języka migowego**

Organizator: Polski Związek Głuchych Oddział Zachodniopomorski oraz

Stowarzyszenie Amazonek Agata w Szczecinie

Zapisy: tel. 91 488 18 68

Adres: Al. Niepodległości 22/8 V piętro

**11.00 Rajd pieszy z przewodnikiem „Smaragdowe z przewodnikiem” prowadzenie Sławomir Madej.**

Przejdźcie szlakiem do jeziora

Smaragdowe, zwiedzanie podziemi w Centrum Turystyki Smaragd, ognisko (koszt 50zł)

Adres: Zbiórka o godz. 11.00 na pętli autobusowo- tramwajowej Turkusowa, tel. 502 744 614

**11.30-12.30 Przyjdź, jeśli masz problem**

**z laptopem lub smartfonem** – konsultacje informatyczne poprowadzi prof. US dr hab. Ewa Krok

Organizator: Ekonomiczna Akademia Seniora

Adres: Wydział Ekonomii, Finansów i Zarządzania przy ul. Mickiewicza 64

**11.30-12.30 „Z e-receptą, e-skierowaniem i IKP po zdrowie”** – prowadzenie dr Magdalena Soboń,

Organizator: Ekonomiczna Akademia Seniora

Adres: Wydział Ekonomii, Finansów i Zarządzania przy ul. Mickiewicza 64

**11.30 – 13.00 Chór KANON - zapisy i zapoznanie się z repertuarem zespołu**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**12.00 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium św. Andrzeja Boboli**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: ul. Pocztowa 22

Zapisy: 513 131 671

**12.00 Gra w bule (zasady gry) Piotr Możykiewicz**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku

Adres: Jasne Błonia obok fontanny

**12.00-14.00 Spotkanie z zespołem redakcyjnym czasopisma Integralek**

Organizator: Towarzystwo Walki z Kalectwem

Adres: Wielkopolska 32/u1

**12.00 Warsztaty z języka angielskiego PODSTAWY języka - czy angielski jest dla Ciebie?**

Organizator: Akademia Seniora w Szczecinie

Zapisy: 508 199 196

Adres: Al. Wyzwolenia 70 – dawny budynek Telekomunikacji

**12.15 Kurs obsługi smartfona PODSTAWY OBSŁUGI**

Organizator: Akademia Seniora w Szczecinie

Zapisy: 508 199 196

Adres: Al. Wyzwolenia 70 – dawny budynek Telekomunikacji pokój 347

**12.20 Zdrowy Kręgosłup**

Organizator: Akademia Seniora w Szczecinie

Zapisy: 508 199 196

Adres: Al. Wyzwolenia 70 – dawny budynek Telekomunikacji  
pokój 347

**13.00 Senioriada. Szkolenie z obsługi smartfonów.**

Organizator: Miejska Biblioteka Publiczna

Adres: plac Matki Teresy 8

Zapisy: 91 506 50 58

**13.00 Prelekcja z podróży i pobycie w Indiach, pokaz zdjęć.**

Poczęstunek masala chai - indyjska słodka herbata z mlekiem i przyprawami oraz degustacja słodkości.

Organizator: Miejska Biblioteka Publiczna

Adres: al. Wojska Polskiego 2

Zapisy: 91 506 50 56

**14.15 Warsztaty z języka angielskiego PODSTAWY języka - czy angielski jest dla Ciebie?**

Organizator: Akademia Seniora w Szczecinie

Zapisy: 508 199 196

Adres: Al. Wyzwolenia 70 – dawny budynek Telekomunikacji  
pokój 347

**14.30 Joga**

Organizator: Towarzystwo Walki z Kalectwem

Zapisy: 91 829 99 44

Adres: Wielkopolska 32/u1

**15.00-18.30 „Drzwi otwarte” Sekcja gier towarzyskich – Koło brydżowe**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**15.00-16.00 - Nowoczesne**

**technologie przyjazne seniorom (drony, roboty, sztuczna inteligencja, (VR)**

mgr inż. Grzegorz Leśniewski

Organizator: Klub Seniora TWP OR w Szczecinie

Zapisy: 91 424 32 31

Adres: Ul. Monte Cassino 15, Budynek Akademii Nauk Stosowanych TWP w Szczecinie

**18.15-19.00 „Drzwi otwarte” Gimnastyka**

**dla Seniora**, prowadzenie: dr Alicja Judyn

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Zapisy na semestr jesienny UTW SP**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Zapisy do Klubu Seniora DĄB**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Wystawa twórców Warsztatów Artystycznych**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**9.30 Kurs komputerowy PODSTAWY W INTERNECIE 3 godzinny**

Organizator: Akademia Seniora  
w Szczecinie

Adres: Al. Wyzwolenia 70 – dawny budynek Telekomunikacji

Zapisy: 508 199 196

**10.00-16.00 „Dietetyczne podchody”**- zapraszamy seniorów do współorganizacji wydarzenia dla najmłodszych podopiecznych Caritas.

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: okolice jeziora Głębokie

Zapisy: 513 131 671

**10.00-13.00 „Drzwi otwarte” Warsztaty artystyczne- malarskie dla seniorów**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**10.00-13.00 Dni Otwarte – Zapisy na rok akademicki 2023/24- SUTW w Szczecinie**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku

Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10.00-13.00 Zajęcia Zespołu Rękodzieł FANTAZJA – prezentacja prac- SUTW w Szczecinie**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku

Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10.00 – 13.00 „Drzwi otwarte „- PZERiI O.Szczecin- Śródmieście-A- informacje o działalności oddziału, zapisy nowych członków**

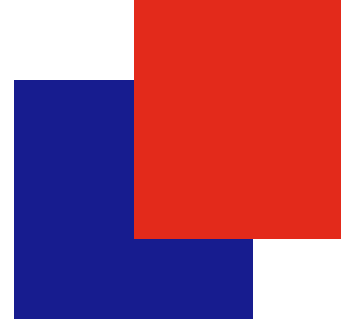
Organizator: Stowarzyszenie PZERiI Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERiI

Adres: I. Papieża Jana Pawła II 42 pok.1

**10.00 – 13.00 Informacja o działalności Stowarzyszenia PZERiI , wystawianie zaświadczeń na ulgę PKP.**

Organizator: Stowarzyszenie PZERiI Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERiI

Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 pok.2



**10.00-14.00 "Drzwi otwarte"- zajęcia manualne  
robótki pod nazwą filcowanie na sucho i mokro, z papieru origami, "dekupaż"**

Organizator: Klub Seniora przy Stowarzyszeniu Razem Łatwiej  
Adres: ul. Włociańska 1

**10.00-12.00 Warsztaty rękodzieła - tworzenie kartek imieninowych.**

Organizator: Stowarzyszenie „Zrozumieć”; Klub „Słoneczny Senior”  
Zapisy: 511-561-566  
Adres: ul. Łokietka 22

**10.00 Warsztaty plastyczne w Klubie Seniora „Krzyś”**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej  
Adres: ul. Żelazna 14  
Zapisy: 513 131 671

**11.00 Plener fotograficzny - filmowy Zespół Foto-Video i GF 16/24**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku  
Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**11.00 Spacer przez Jasne Błonia, park Kasprowicza do Syrenich Stawów -trasa 4 km - Grażyna Kwiatkowska**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku  
Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**11.00-13.00 Warsztaty z samobadania piersi**

Organizator: Polski Związek Głuchych Oddział Zachodniopomorski oraz Stowarzyszenie Amazonek Agata w Szczecinie  
Zapisy: 91 488 18 68  
Adres: ul. Kopernika 7

**11.00 - 14.00 Gra w bule.**

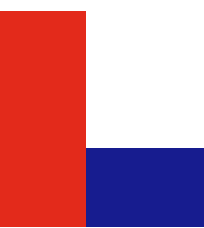
Organizator: Chorągiew Zachodniopomorska ZHP  
Zapisy: 609776178  
Adres: Jasne Błonia

**11.00 - 14.00 Gra miejska dla seniorów: Harcerskie miejsca w Szczecinie. Spacer połączony z zadaniami na poszczególnych punktach związanych z harcerstwem.**

Organizator: Chorągiew Zachodniopomorska ZHP  
Zapisy: 609776178  
Adres: ul. Ogińskiego 15

**11.30-13.00 „Drzwi otwarte” Warsztaty grupy aktywizującej MY KOBIECY,  
prowadzenie mgr Ewa Dominiak**

Organizator: Klub Bukowe, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Seledynowa 91a, tel. 501 487 032





**12.00-14.00 Warsztaty rękodzieła – tworzenie kartek imieninowych.**

Organizator: Stowarzyszenie „Zrozumieć”;

Klub „Słoneczny Senior

Zapisy: 511-561-566

Adres: ul. Łokietka 22

**12.00- Joga dla seniorów (zajęcia praktyczne)- instruktorka jogi Magdalena Grela,**

Organizator: Miejska Biblioteka Publiczna

Adres: Plac Matki Teresy 8

Zapisy: 91 506 50 58

**12.00-13.30 Wykład: „Czytajcie książki swoim wnukom. Pedagogiczna moc literatury dla dzieci”  
dr Iwona Korpaczewska-Piskorz**

Organizator: Klub Seniora TWP OR w Szczecinie

Zapisy: 91 424 32 31

Adres: ul. Monte Cassino 15, Budynek Akademii Nauk Stosowanych TWP w Szczecinie

**17.00-19.00 Trening orkiestry Klubu Seniora**

Organizator: Klub Seniora Wielgowo, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Bałtycka 35, tel. 664 152 073

**17.00-19.00 Spotkanie sympatyków gry w szachy**

Organizator: Klub Seniora Wielgowo, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Bałtycka 35

**17.30-19.30 Towarzystwo Dobrej Fotografii – wyjście w plener fotograficzny**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: zbiórka przy mostku przy Jeziorze Szmaragdowym, tel. 505 324 916

**17.00 Fajfy- Potańcówka w Filharmonii im. Mieczysława Karłowicza w Szczecinie**

Organizator: Filharmonia im. Mieczysława Karłowicza w Szczecinie

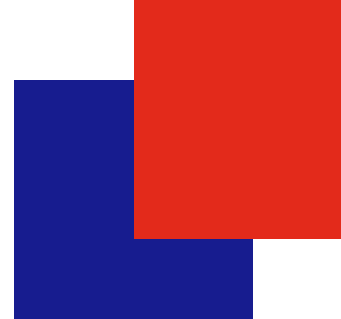
Adres: ul. Małopolska 48

**19.00 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium Matki Bożej Fatimskiej**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: ul. Rydla 61

Zapisy: 513 131 671



**09.00-15.00 Wystawa twórców Warsztatów Artystycznych**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Zapisy na semestr jesienny UTW SP**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Zapisy do Klubu Seniora DĄB**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-09.45 „Drzwi otwarte” Gimnastyka dla Seniora, prowadzenie: Alicja Judyn**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**10.00-14.00 „Drzwi otwarte” Sekcja gier towarzyskich - Koło brydżowe**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury  
i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**10.00-13.00 Dni Otwarte - Zapisy na rok akademicki 2023/24**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku  
Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10.00-13.00 Zespół Malarski BOHEMA - pokaz technik malarskich - Kawiarenka**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku  
Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10:00 Taniec w Kręgu**

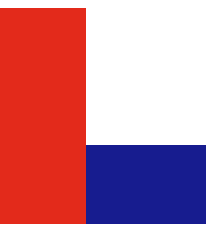
Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku  
Adres: Jasne Błonia przy Pomniku Czynu Polaków

**10.00-13.00 Wystawa prac malarskich p. Kazimierza Pomorskiego -siedziba Klubu Seniora PZERiI**

Organizator: Stowarzyszenie PZERiI Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERiI  
Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 – pok.3

**10.00-13.00 Informacja o działalności** wystawianie zaświadczeń na ulgę PKP- Organizator: Stowarzyszenie

PZERiI Oddział Okręgowy w Szczecinie – Klub Seniora PZERiI  
Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 pok.2



**10.00 Warsztaty plastyczne w Klubie Seniora Senior +,**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: ul. Barnima 22A

Zapisy: 513 131 671

**11.00-14.00 Klub #SmartSenior „Jak nowoczesne technologie wspierają osoby starsze?”**

Organizator: Stowarzyszenie Centrum Inicjatyw Edukacyjno-Społecznych

Adres: ul. Bolesława Śmiałego 16/u2

**11.00 -14.00 Warsztaty dla dziadków z wnukami haftowanie, robótki na drutach, szydełkowanie**

Organizator: Chorażew Zachodniopomorska ZHP

Zapisy: 609776178

Adres: ul. Ogińskiego 15

**11.00-14.00 Gra w speedball.**

Organizator: Chorażew Zachodniopomorska ZHP

Zapisy: 609776178

Adres: ul. Ogińskiego 15

**13.00 Zwiedzanie Opery na Zamku**

Organizator: Opera na Zamku

Adres: ul. Korsarzy 34

Zapisy: 882 507 368

**13.00 Dyskusja na temat życia kobiet w Indiach - dla chętnych orientalne zdobienie dłoni i twarzy**

Organizator: Miejska Biblioteka Publiczna

Adres: al. Wojska Polskiego 2

Zapisy: 91 506 50 56

**13.00 Warsztaty z użyciem papierowej wikliny.** Prowadzenie: Kinga Zielińska.

Organizator: Miejska Biblioteka Publiczna

Adres: Plac Matki Teresy 8

Zapisy: 91 506 50 58

**15.30-17.00 Wykład „Żywnie w chorobach tarczycy” -Dietetyk kliniczny Beata Gierczak**

Organizator: Klub Seniora TWP OR w Szczecinie

Zapisy: 91 424 32 31

Adres: Monte Cassino 15

**17.00 KLUB DĄB Uroczysta Inauguracja Roku Akademickiego 2023/2024 UTW-SP;**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**17.00-19.00 Gry towarzyskie, planszowe**

Organizator: Klub Seniora Wielgowo, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Bałtycka 35, tel. 604 930 910

**18.15-19.00 „Drzwi otwarte” Gimnastyka dla Seniora, prowadzenie : dr Alicja Judyn**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**18.00 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium Dzieci Fatimskich**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: Osiedle Kasztanowe 85

Zapisy: 513 131 67

**09.00-15.00 Zapisy na semestr jesienny UTW SP**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-15.00 Zapisy do Klubu Seniora DĄB**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**09.00-11.00 Nordic Walking,**

Organizator: Klub Wielgowo, Fundacja Kultury Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: zbiórka koniec ul. Wiślanej (przy wejściu do lasu)

**09.00-15.00 Wystawa twórców Warsztatów Artystycznych**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**10.00-13.00 Warsztaty artystyczne- malarskie dla seniorów „drzwi otwarte”**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**10.00-13.00 Dni Otwarte - Zapisy na rok akademicki 1023/24 SUTW w Szczecinie**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku  
Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10.00-13.00 Zespół Malarski BOHEMA - pokaz technik malarskich - Kawiarenka**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku  
Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**10.00-13.00 Wystawa prac malarskich autorstwa p. Kazimierza Pomorskiego**

Organizator: Stowarzyszenie PZERil Oddział Okręgowy w Szczecinie - Klub Seniora PZERil  
Adres: Al. Papieża Jana Pawła II 42 - pok.3

**10.00 -13.00 - „Drzwi otwarte „- PZERil O Szczecin-Dąbie - informacje o działalności oddziału, zapisy nowych członków, wystawianie zaświadczeń na ulgę PKP**

Organizator: Stowarzyszenie PZERil Oddział Okręgowy w Szczecinie - Klub Seniora PZERil  
Adres: ul. Gryfińska 151

**10.00-16.00 SmartPogotowie (indywidualna pomoc w obsłudze smartfona)**

Organizator: Stowarzyszenie Centrum Inicjatyw Edukacyjno-Społecznych  
Zapisy: tel. 785 962 631, biurocies@gmail.com  
Adres: ul. L. Okulickiego 73,

**11.00-12.30 Nordic Walking - Gertruda Firlit**

Organizator: Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku  
Zbiórka: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**11.00-12.00 KLUB DĄB - Warsztaty taneczne dla Seniorów, prowadzenie Mariola Grabowska**

Organizator: Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”  
Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**11.00 -14.00 Warsztaty dla dziadków z wnukami haftowanie, robótki na drutach, szydełkowanie.**

**Warsztaty dla dziadków z wnukami**

Organizator: Chorągiew Zachodniopomorska ZHP

Zapisy: 609776178

Adres: ul. Ogińskiego 15

**11.00-14.00 Gra w speedball.**

Organizator: Chorągiew Zachodniopomorska ZHP

Zapisy: 609776178

Adres: ul. Ogińskiego 15

**12.00-13.00 Zajęcia Tai Chi**

Organizator: Towarzystwo Walki z Kalectwem

Zapisy: 91 829 99 44

Adres: Wielkopolska 32/u1

**12.00 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium pw. Miłosierdzia Bożego**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: ul. Przyjaciół Żołnierza 45

Zapisy: 513 131 67

**12.00-14.00 "Senior w dobrej formie - czyli jak najdłużej zachować sprawność fizyczną oraz zdrowie psychiczne?" - prowadzenie dr Rafał Iwański**

Organizator: CitoNet Szczecin we współpracy z Szczecińskim Oddziałem Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego

Adres: ul. Ogińskiego 16, Instytut Pedagogiki

Zapisy: 91 421 59 37 , 723 185 628

**13.00-15.00 Trening pamięci**

Organizator: Towarzystwo Walki z Kalectwem

Obowiązują zapisy: 91 829 99 44

Adres: Wielkopolska 32/u1

**13.00-19.00 „Drzwi otwarte”**

Organizator: Polski Związek Niewidomych, Klub Dąb, Fundacja Kultury i Aktywności Lokalnej „Prawobrzeże”

Adres: ul. Rydla 93, tel. 91 462 66 22

**16.00 Koncerty Senioralne**

Organizator: Klub Seniora Activ

Adres: ul. Ks. Piotra Wawrzyniaka 7

 **sobota, 16.09.2023**

**10.00-13.00 Brydż Sala nr 4**

Organizator: SUTW Szczecin

Adres: Aleja Papieża Jana Pawła II 17

**11:00 -14:00 - Sportowa Sobota - Terenowa Gra Leśna, Aktywności na świeżym powietrzu, ognisko i gorące kiełbaski.**

Organizator: Centrum Seniora w Szczecinie

Adres: Polana Sportowa przy Jeziorze Głębokim.

**15.00 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium św. Jana Chrzciciela**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: ul. Bogurodzicy 3A

Zapisy: 513 131 67

**11.00 Zwiedzanie Książnicy Pomorskiej**

Organizator: Książnica Pomorska im. Stanisława Staszica

Adres: Podgórna 15/16

Na wydarzenie będą obowiązywały nieodpłatne wejściówki dostępne na stronie [www.ksiaznica.szczecin.pl](http://www.ksiaznica.szczecin.pl) lub w Informatorium Książnicy.

 **niedziela, 17.09.2023**

**11.00 Podsumowanie III Tygodnia Inicjatyw Senioralnych**

Organizator: Centrum Seniora w Szczecinie

Adres: Teatr Lalek "Pleciuga", ul. pl. Teatralny 1

OBOWIAZUJĄ ZAPROSZENIA

**11.30 „Szlakiem Szczecińskich Sanktuariów”- Sanktuarium św. Józefa**

Organizator: Caritas Archidiecezji Szczecińsko-Kamieńskiej

Adres: ul. Połabska 1

Zapisy: 513 131 67