*STOWARZYSZENIE NA RZECZ ROZWOJU POWIATU WĘGROWSKIEGO*

*oraz POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W WĘGROWIE*

zapraszają

**SENIORÓW z Węgrowa i okolic**

do udziału w projekcie

**„SPRAWNY JA – SZCZĘŚCIE MA”**



*W ramach projektu:*

***spotkanie z dietetykiem*** *(warsztaty dot. diety indywidualnej)*

***spotkanie z fizjoterapeutą*** *(informacje dot. ćwiczeń)*

***ćwiczenia usprawniające pod okiem trenera***

**TERMINY SPOTKAŃ ZE SPECJALISTAMI**

**Spotkanie z DIETETYKIEM**

**25.07.2018r., godz. 10 – 14**

(sala Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Węgrowie)

**Spotkanie z FIZJOTERAPEUTĄ**

**27.07.2018r., godz. 15 – 17**

(sala Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Węgrowie)

**ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE Z TRENEREM**

**od września do października 2018 w godz. ustalonych z grupą**

(sala Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego w Węgrowie)

WSZYSTKIE DZIAŁANIA W RAMACH PROJEKTU SĄ BEZPŁATNE I OTWARTE DLA WSZYSTKICH ZAINTERESOWANYCH