

SCENA GŁÓWNA

10:00-15:00	Przeгляд Twórczości Senioralnej / Fundacja ARS
16:30-17:30	Koncert SKALDOWIE Prowadzenie: Jędrzej Świerczyński

SCENA TANECZNO - SPORTOWA

10:30-11:15	Ćwiczenia zdrowotne / Poznańskie Stowarzyszenie TAI CHI
11:30-11:45	Gimnastyka dla seniora / proste zajęcia pokazowe / zajęcia integracyjne ze zwiedzającymi / Fundacja AWF
12:00-12:30	Pokazy taneczne SENIOR DANCE prowadzone przez Grzegorza Maślankę, tancerza zespołu baletowego Teatru Muzycznego w Poznaniu. Roztańczone zajęcia musicalowe, które łączą w sobie najgorętsze rytmy i pobudzą nawet najbardziej opornych tancerzy:) Uśmiech, zabawa, rytm kastaniety i przede wszystkim duża dawka pozytywnej energii płynącej z tańca.
12:45-13:15	Pokaz mody / Klub KORONA
13:30-14:00	Zdrowie w Twoich rękach / Spółdzielnia Socjalna Pomagajmy Razem Zajęcia ruchowe z wykorzystaniem pierścieni wibracyjnych smovey
14:15-14:30	Gimnastyka dla seniora / proste zajęcia pokazowe / zajęcia integracyjne ze zwiedzającymi / Fundacja AWF
14:45-15:15	Dodać życia do lat. Aktywizacja ruchowo-taneczna. Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów KLANZA
15:30-16:00	Gimnastyka z elementami tańca brzucha Klub KORONA / Justyna Agata Kucner

SALA WYKŁADOWA

10:30-11:15	Wpływ przyrody na człowieka. W jaki sposób natura leczy. Ogrodnictwo w wielkim mieście. Ogrody społeczne oraz własne uprawy balkonowe / HORTINEO
11:30-12:00	Lepszy wzrok to lepsze życie. Dr Andrzej Siwek, specjalista okulistyki / ALCON POLSKA
12:10-12:40	Stop czerniakowi / Stowarzyszenie Chorych na Czerniaka
12:45-13:00	Innowacje społeczne – Każdy może zostać innowatorem / S(i)M INTERREG
13:00-14:00	Slow Jogging. Trucht witalny / prezentacja + pokaz Dr Maciej Kozakiewicz, Polska Witalna sp. z o.o.
14:15-14:45	Podróżowanie online. Jak rezerwować bilet lotniczy ? Magdalena Foryś / Centrum Inicjatyw Senioralnych
15:00-15:30	Dojrzała elegancja. Jak stylowo wyglądać w wieku 50+. Krystyna Bałakier, blogerka moda / ALCON POLSKA
15:45-16:15	Stop manipulacji, nie kupuj na prezentacji / Fundacja FAST
16:15-16:30	Równowaga magnetyczna gwarancją zdrowia / ENERGETIX

WARSZTATY

10:30-11:15	Triathlon umysłowo-fizyczny / Stowarzyszenie MALI BRACIA UBOGICH
10:30-11:15	Magia jesieni / Zielony Warsztat Grupa Hortiterapeutów inż. arch.kraj. Agnieszka Romanowska-Pawłowska, mgr inż. Karolina Wenc, mgr inż. Tomasz Dymny
11:30-12:15	Rośliny z nasion – inaczej / UP Poznań, Wydział Ogrodnictwa i Architektury Krajobrazu dr inż. Anita Schroeter-Zakrzewska
11:30-12:15	Ogród samo zdrowie, czyli czym jest hortiterapia Warsztaty sensoryczne; zajęcia hortiterapeutyczne / HORTINEO
12:15-13:00	Zioła - herbatka pod ręką / HORTINEO Jak stosować zioła lecznicze
12:30-13:15	Kiełki pełne skarbów / UP Poznań, Wydział Ogrodnictwa i Architektury Krajobrazu dr inż. Jolanta Lisiecka
13:30-14:15	Rośliny z liści / UP Poznań, Wydział Ogrodnictwa i Architektury Krajobrazu dr hab. Stanisława Szczepaniak
14:15-15:00	Jesienne owoce – wesole kompozycje / HORTINEO + Uniwersytet Przyrodniczy Kreatywne warsztaty dla dziadków i wnucząt
14:30-15:15	Kokedama, wiszący ogród / UP Poznań, Wydział Ogrodnictwa i Architektury Krajobrazu dr inż. Piotr Czuchaj