



22-23 KWIETNIA 2016
W GODZ. 10-17
POZNAŃ MTP – PAWILON 15

www.vivaseniorzy.pl

w cenie biletu:

KONCERTY • WARSZTATY • WYKŁADY

bilet jednodniowy: 10 PLN / bilet dwudniowy: 14 PLN

Przedsprzedaż: www.tixer.pl, www.groupon.pl



Aktywność • Zdrowie • Profilaktyka

Organizatorzy:



Międzynarodowe
Targi
Poznańskie



Centrum Inicjatyw Senioralnych



Współpraca medialna:



PROGRAM TOWARZYSZĄCY TARGOM VIVA SENIORZY!

PIĄTEK, 22 KWIETNIA 2016

SALA ZIEMI

12.30-13.30

14.00-15.00

17.00-18.00

Uroczyste otwarcie targów VIVA SENIORZY! Koncert zespołu Dixie Company
Lata dwudzieste, lata trzydzieste. Koncert w wykonaniu artystów Teatru Muzycznego
Maja i Andrzeja Sikorowskiego

REKREACJA

10.30-11.00

11.05-11.35

11.40-12.00

12.05-12.25

13.30-14.00

14.15-14.45

15.00-15.40

15.45-16.05

16.10-16.45

17.00-17.30

Fitness latino – cha - cha dla początkujących. Osiedlowy Klub Korona
Chińskie ćwiczenia zdrowotne Taoistycznego Tai Chi. Stowarzyszenie Taoistycznego
Tai Chi w Polsce Klub Poznań
Tańce latynoamerykańskie. Akademia Trzeciego Wieku Collegium Da Vinci
Raj Seniora – terapia tańcem. Dom Kultury Orle Gniazdo
Nordic Walking – szkolenie z prawidłowej techniki marszu. Polskie Stowarzyszenie
Instruktorów Nordic Walking
Nordic Walking – szkolenie z prawidłowej techniki marszu. Polskie Stowarzyszenie
Instruktorów Nordic Walking
Ćwiczenia z szarfami i piłkami usprawniające umysł i ciało. Wielkopolski Związek
Inwalidów Narządu Ruchu
Kominek harcerski – zabawa ruchowa. Związek Harcerstwa Polskiego Chorągiew
Wielkopolska
Do zatańczenia jeden krok. Pokaz sportowo – rekreacyjny. Polskie Stowarzyszenie
Pedagogów i Animatorów Klanza Oddział w Poznaniu
Nordic Walking – szkolenie z prawidłowej techniki marszu. Polskie Stowarzyszenie
Instruktorów Nordic Walking

RĘKODZIEŁO

11.00-12.30

13.30-15.00

15.15-16.45

Radosna twórczość seniora – ozdobne stoiczki na drobiazgi. Zespół Dziennych
Domów Pomocy
Zakładka do książki. Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich”
Serce w prezencie. Wielkopolskie Stowarzyszenie Wolontariuszy Opieki Paliatywnej
„Hospicjum Domowe”

WAŻNE! Zapisy na warsztaty odbywają się przy salach warsztatowych na godzinę przed rozpoczęciem spotkania. Zapisy na pierwsze warsztaty w Sali 1 i Sali 2 odbywają się od 18 kwietnia pod numerem telefonu: 618 47 21 11. Lista zostanie zamknięta po jej zapetnieniu.

WARSZTATY

SALA 1

11.00-12.30

13.30-15.00

15.30-16.30

Senior – Turysta. Warsztat z języka angielskiego. Centrum Turystyki Kulturowej TRAKT
Uważność (mindfulness) – droga do dobrego samopoczucia. Stowarzyszenie PSYCHE
SOMA POLIS
Usprawnianie mowy i języka dla osób, którym stowo czasem umyka. Fundacja ORCHidea

SALA 2

10.30-12.00

12.15-13.15

13.30-14.30

15.00-16.30

Myśl pozytywne – ćwicz intensywnie. Fundacja „Bez barier”
Śpiewoterapia – ćwiczenia oddechowe, relaksacja przy muzyce. Stowarzyszenie Wspiera-
nia Sztuki, Edukacji i Terapii ArteFakt
Czas wolny a poszukiwanie pasji życia. Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego
Jak uniknąć pułapki zadłużenia. Jak pomóc osobie zadłużonej. Stowarzyszenie Program
Wspierania Zadłużonych

SOBOTA, 23 KWIETNIA 2016

SALA ZIEMI

- 12.00-13.00 Tadeusz Drozda – Salon Kabaretowy
15.00-16.00 Tercet Egzotyczny
17.00-18.00 Dancing łączy pokolenia – DJ Michał Fogg

REKREACJA

- 10.00-10.30 Ćwiczenia zdrowotne. Poznańskie Stowarzyszenie Tai Chi
10.35-11.05 Ćwiczenia koordynacji psychoruchowej po urazach. Wielkopolski Związek Inwalidów Narządu Ruchu
11.10-11.40 Warsztat rehabilitacji kardiologicznej. Wielkopolskie Stowarzyszenie Wolontariuszy Opieki Paliatywnej „Hospicjum Domowe”
12.10-12.50 Nordic Walking – szkolenie z prawidłowej techniki marszu. Polskie Stowarzyszenie Instruktorów Nordic Walking
13.00-13.15 Tańce hiszpańskie. Zakrecone babki
13.20-13.50 Aktywna Strefa Nordic Walking – a czy Ty chodzisz prawidłowo? Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking
13.55-14.35 Gimnastyka z elementami tańca brzucha. Osiedłowy Klub Korona
15.00-15.20 Nordic Walking – szkolenie z prawidłowej techniki marszu Polskie Stowarzyszenie Instruktorów Nordic Walking
16.15-16.45 Do zatańczenia jeden krok. Pokaz sportowo-rekreacyjny Polskie Stowarzyszenie Pedagogów i Animatorów Klanza Oddział w Poznaniu

RĘKODZIEŁO

- 13.10-14.40 Motyle na targach. Polskie Towarzystwo Opieki Paliatywnej Oddział w Poznaniu
16.00-16.45 Warsztaty z quillingu. Stowarzyszenie Centrum Rozwoju Edukacji Obywatelskiej CREO

WAŻNE! Zapisy na warsztaty odbywają się przy salach warsztatowych na godzinę przed rozpoczęciem spotkania. Zapisy na pierwsze warsztaty w Sali 1 i Sali 2 odbywają się od 18 kwietnia pod numerem telefonu: 618 47 21 11. Lista zostanie zamknięta po jej zapetnieniu.

WARSZTATY

SALA 1

- 10.30-12.00 Opowiadanie historii jako podstawowa umiejętność skutecznego marketingu – warsztat dla wystawców. Gazeta Senior
13.00-14.30 Artystart Senior – warsztaty plastyczne. Fundacja Serdecznik
16.00-17.00 Możemy pokonać czerniaka. Stowarzyszenie Chorych na Czerniaka

SALA 2

- 10.30-12.00 Mediacje dla każdego Europejski Instytut Mediacji
12.30-14.00 Spotkanie dla miłośników ogrodów. Stowarzyszenie „Lepszy Świat”
14.15-14.45 Prezentacja systemów:
• GPS ELF – system z funkcją detekcji upadku służący do zdalnego monitorowania osób starszych
• Bezpieczne Mieszkanie Basic
• ELF 24 Safety First oraz Komenda Wojewódzka Policji w Poznaniu
16.10-16.50 Nordic Walking i elementy techniki odciążającej stawy. Polskie Stowarzyszenie Instruktorów Nordic Walking

W PROGRAMIE M.IN.

TERCET EGZOTYCZNY



TEATR MUZYCZNY

T E * R * Y
A * T * Z * Y
M * U * Z * Y
C * Z * N * Y
W POZNANIU

MAJA I ANDRZEJ SIKOROWSCY



DIXIE COMPANY



TADEUSZ DROZDA



DJ MICHAŁ FOGG

