

Sopockie Targi Seniora już niedługo

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: piątek, 14, październik 2016 00:00

Sylwia Cyrankiewicz-Gortyńska

Odśłony: 758

22 i 23 października - już po raz siódmy - odbędą się Sopockie Targi Seniora. To miejsce i czas gdzie można zapoznać się z różnorodną ofertą produktów i usług odpowiadających na potrzeby i oczekiwania osób starszych. Ważnym dopełnieniem targów są bezpłatne badania, porady ekspertów, warsztaty i pokazy.

Swoją ofertę przedstawią zarówno firmy reprezentujące różne branże: medyczną, rehabilitacyjną, usług opiekuńczych, turystyczną, wypoczynkową, edukacyjną, kosmetyczną, finansową jak i organizacje społeczne działające na rzecz poprawy jakości życia osób starszych.

- Życie seniorów tak jak każdego z nas ma różne barwy i odcienie. Są wśród nich osoby aktywne, pełne witalności i chęci rozwoju, jak również osoby niesamodzielne wymagające wsparcia i opieki - mówi Anna Jarosz, dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sopocie, pomysłodawca i współorganizator Sopockich Targów Seniora. - Dzięki różnorodnej ofercie, na targach każdy znajdzie coś dla siebie: dla ciała, dla ducha i dla umysłu - dodaje.

Osoby odwiedzające targi będą mogły skorzystać z bezpłatnych badań, m.in. gęstości kości (w osteobusie), badania EKG (w sobotę w kardiobusie), badania wzroku, słuchu, stóp, skóry, poziomu cukru, cholesterolu, tkanki tłuszczowej, pomiaru wagi ciała i BMI. Eksperci zachęcać będą do zdrowego, racjonalnego odżywiania i aktywności fizycznej a lekarz rehabilitacji będzie udzielał porad w zakresie profilaktyki bólów krzyża.

- Podczas targów będziemy zachęcali seniorów do stworzenia swojego Pudełka Życia - mówi Anna Jarosz. - To niewielkie opakowanie opatrzone specjalną naklejką, z kartą informacyjną w środku, która zawiera istotne informacje ważne dla sprawnego przeprowadzenia akcji ratunkowej: o schorzeniach, uczuleniach czy zażywanych lekach. Informacje bezcenne dla ratowników czy lekarzy w przypadku, gdy mieszkająca samotnie osoba zasłabnie albo straci przytomność i trzeba jej udzielić natychmiastowej pomocy. Pudełko Życia z powodzeniem funkcjonuje już w kilkunastu miastach w Polsce. Takie niewielkie pudełko może uratować życie, dlatego na targach będziemy zachęcali do stworzenia swojego Pudełka Życia - dodaje Anna Jarosz.

Podczas targów nie zabraknie również atrakcji kulturalnych i rozrywkowych. Zobaczymy pokazy tańców w różnych stylach (salsa, country, latino, taniec orientalny, nowoczesny), pokazy gimnastyki, tai-chi, samoobrony a także specjalny pokaz gimnastyki artystycznej wykonaniu dziewczynek ze Szkoły Mistrzostwa Sportowego oraz występ kabaretu Senior-i-Ta. W niedzielę o godz. 15.00 wielki finał. Na zakończenie targów wystąpi zespół Retro Voice, który zaprasza na zabawę taneczną w rytm przebojów z lat 60 tych i 70 tych, m.in. zespołu Abba.

Organizatorzy zachęcają do zabrania wygodnego stroju i butów na zmianę aby skorzystać z ciekawych zajęć ruchowych. Będzie gimnastyka usprawniająca, taniec country i orientalny, tai chi a także nauka samoobrony. Osoby odwiedzające targi będą mogły skorzystać również z innych ciekawych warsztatów: ogrodniczych, z dietetykiem, treningu pamięci, obsługi laptopów, tabletów i smartfonów a także artystycznych i rękodzielniczych.

Dla Pań przygotowany będzie specjalny Kącik mody i urody, gdzie będzie można kupić modą odzież za niewielką cenę, wykonać profesjonalny makijaż, skorzystać z mini spa dłoni i nauczyć się zdobienia

Sopockie Targi Seniora już niedługo

Kategoria: Polityka Społeczna

Opublikowano: piątek, 14, październik 2016 00:00

Sylwia Cyrankiewicz-Gortyńska

Odśłony: 758

paznokcie. Osoby chętne będą mogły wziąć udział w profesjonalnej sesji fotograficznej.

- *W niedzielę odbędzie się konkurs „Kapelusze Pełne Słońca”, w którym będzie można wygrać atrakcyjne nagrody* - mówi Agnieszka Niedałtowska, koordynator 7 Sopockich Targów Seniora. Zachęcamy do przygotowania pięknego kolorowego kapelusza przystrojonego kwiatami, owocami czy innymi ozdobami i zaprezentowania go na scenie. Osoby, które chcą wziąć udział w konkursie, prosimy o zgłoszenie się w niedzielę do godz. 12.00 do Punktu Informacyjnego targów.

Jarmark Zdrowego Żywienia, degustacje, gry planszowe, kiermasz taniej książki. Nie sposób wymienić wszystkich atrakcji jakie czekają na seniorów i ich rodziny podczas 7 Sopockich Targów Seniora. Trzeba po prostu przyjść i zobaczyć.

7 Sopockie Targi Seniora odbędą się w Hali 100-lecia Sopotu przy ul. Goyki 7, 22 i 23 października w godz. 10.00-16.00. Wstęp wolny. Organizatorzy targów: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie, Spółdzielnia Socjalna „Koooperacja”.