

60+

Międzynarodowe Targi Seniora



12.10.2019

SCENA GŁÓWNA

10.00	Występ zespołu „Passionata”
10.15	Występ zespołu „Czerwone Berety”
10.30	Uroczyste otwarcie Międzynarodowych Targów Seniora
10.45	Występ zespołu „Ustąp babci miejsca”
11.00	„Dojrzałość ze szczyptą szaleństwa” - spotkanie z Wiesławą Kwiatek i Janiną Busk
11.45	Występ Uniwersytetu Trzeciego Wieku z Opatowa
12.00	Pokaz tańca towarzyskiego - Świętokrzyskie Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Chorobą Parkinsona
12.15	Występ Uniwersytetu Trzeciego Wieku z Chęciny
12.30	„Aktywność z nietrzymaniem moczu” - prezentacja Toruńskich Zakładów Materiałów Opatunkowych
12.45	Występ zespołu „Moskorzewianie” - Stowarzyszenie Wielu Pokoleń Jesteśmy Solą tej Ziemi
13.00	Występ zespołu „The Fifty Five”
13.10	Pokaz mody 60+ i rozstrzygnięcie Konkursu „60+ to nie wiek! To Styl Życia!”
13.45	Występ zespołu „Perły z Lamusa” - Uniwersytet Trzeciego Wieku ze Skarżyska-Kamiennej
14.00	„Zaćma - cicha złodziejka wzroku. Możliwości leczenia w Polsce” - prezentacja ALCON, Andrzej Siwek
14.30	Występ zespołu „Złote Lata” z Miedzianej Góry
14.45	„W seniorach jest siła!” Spotkanie z gwiazdą serialu „M jak Miłość” Teresą Lipowską
15.30	Występ Klubu Seniora w Oblęgorze
15.40	Występ zespołu „Kapela Czesława Wojysława” z Jędrzejowa
15.50	Występ chóru „Zawsze Młodzi” z Bliżyna
16.00	Występ zespołu „Wigorki” ze Starachowic
16.10	Występ zespołu Pieśni i Tańca z Sędziszowa
16.20	Występ chóru „Con Passione” z Zagnańska
16.30	Zabawa się nie kończy, zabawa się zaczyna! Potancówka międzypokoleniowa DJ WIKA

WSTĘP WOLNY

Targi Kielce ul. Zakładowa 1 Kielce Hala E



60+

Międzynarodowe Targi Seniora



12.10.2019

STREFA AKTYWNOŚCI

- **Instruktaż Pierwszej Pomocy** (godz. 10.30, 11.30, 13.00, 14.30, 15.30)
- **Instruktaż Nordic Walking** (godz. 10.45, 11.45, 13.45, 14.45, 16.45)
- **Nauka tańca towarzyskiego - tango argentyńskie**
- Świątokrzyskie Stowarzyszenie Pomocy Osobom
z Chorobą Parkinsona i Klub Seniora ul. Żeromskiego 44
w Kielcach (godz. 12.45, 14.15)
- **Zumba** (godz. 11.00, 13.30)
- **Warsztaty decoupage** (godz. 10.30, 13.00)
- **Warsztaty „Przypraw egzotycznych”** (godz. 12.30, 14.00, 15.00)
- **Strefa Beauty** - porady kosmetyczne i warsztaty poprawnego makijażu
- **Strefa Sport** - nauka gry w bule, warsztaty
- **Testy pamięci**

WSTĘP WOLNY

Targi Kielce ul. Zakładowa 1 Kielce Hala E



60+

Międzynarodowe Targi Seniora



STREFA WARSZTATOWA

„LAS W DOMU, LAS W SŁOIKU” - z pomocą instruktora uczestnicy warsztatów wykonają piękne elementy designu w dużej mierze tworzonego przez... naturę. Warsztat w oparciu o hortiterapię - metodę terapii wykorzystującą ogrody w pracy z pacjentami.

Godz. 11.30, 13.30

„FLOWER POWER” - warsztaty florytstyki, czyli sztuki układania kwiatów przydadzą się nie tylko tym, którzy są wrażliwi na piękno przyrody. To umiejętność, która poszerza horyzonty i daje nowe możliwości rozwoju duchownego i zawodowego. Dla najmłodszych zaś jest to okazja by nauczyć się układania bukietów, które zawsze ucieszą serce babci i dziadka.

Godz. 12.30, 14.30

Ilość miejsc na wszystkie warsztaty ograniczona

WSTĘP WOLNY

Targi Kielce ul. Zakładowa 1 Kielce Hala E



60+

Międzynarodowe Targi Seniora



12.10.2019

STREFA WYKŁADOWA

- godz. 10.00 - 12.00 „BEZPIECZEŃSTWO SENIORA” - panel dyskusyjny
- godz. 12.00 - 14.00 „AKTYWIZACJA+” - panel dyskusyjny
- godz. 14.30 - 15.00 „ZAĆMA- cicha złodziejka wzroku. Możliwości leczenia w Polsce” - wykład ALCON, Andrzej Siwek
- godz. 15.00 - 15.30 „AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA A ZDROWIE 60+” - spotkanie z Markiem Pilchem, maratończykiem, ambasadorem sportu i zdrowego stylu życia „Głosu Seniora”
- godz. 15.30 - 16.00 „Zdrowe odżywianie” - wykład, Magdalena Kowalska

WSTĘP WOLNY

Targi Kielce ul. Zakładowa 1 Kielce Hala E

