



MISKOLC

CLLD Avas

MEGHÍVÓ

Tisztelt miskolciak, kedves érdeklődők!

A VOKE Vörösmarty Mihály Művelődési Ház az „Aktív időskorúak számára programok és rendezvények támogatása című felhívás, TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-00737 azonosítószámú „**Tegyünk aktívan az aktív időskorért!**” című pályázata keretében az Avasi Horizont Helyi Közösség akcióterületen élő aktív szépkorúak számára minőségi, kulturális és egészségmegőrző rendezvényeket szervez, kielégítve ezáltal az aktív szépkorúak igényeit. A pályázat keretében megvalósítandó térítésmentes események lehetővé teszik az idősök aktivitásának megőrzését.

Programok

1. Egészséges életmód előadás

- a. Téma: Az egészséges táplálkozás, egészséges ételek bemutatása, vitaminok, gyógyteák felhasználási lehetőségei
- b. Helyszín: Vörösmarty Mihály Művelődési Ház
- c. Időpont: 2019.09.13. 9.00.-11.00

2. Egészséges életmód előadás

- a. Téma: A mozgás jelentősége. Az aktív életmód ismertetése, a különböző mozgásformák haszna és elérhetősége a városban
- b. Helyszín: Vörösmarty Mihály Művelődési Ház
- c. Időpont: 2019.09.26. 14.00.-16.00

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



MISKOLC

CLLD Avas

3. Nyugdíjas rendezvény

- a. Téma: ahol az akcióterületen élő aktív időskorúak vesznek részt egy olyan előzenés, táncos rendezvényen, ahol önfeledten szórakozhatnak
- b. Helyszín: Vörösmarty lakótelep, Király utca füves terület
- c. Időpont: 2019.09.28. 14.00.-19.30.

4. Családi nap

- a. Téma: ahol az időskorúak a családjuk körében tölthetik el szabadidejüket, ezzel is elősegítve a generációk közötti kommunikáció fejlesztését, a köztük lévő szakadék mérséklését
- b. Helyszín: Jókai Lakótelep
- c. Időpont: 2019.09.28. 14.00.-17.00

Az előadásokon és a rendezvényeken való részvétel ingyenes. Minden érdeklődőt szeretettel várunk.

Miskolc, 2019. szeptember 9.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE