

Data		Temat
20.10.2014 godz. 17.00-20.00	pon.	Co to jest starość- psychologiczne aspekty starzenia się - wykład psychologa
22.10.2014 godz. 11:00-16:00	śr.	Zrozumieć osobę starszą- czyli jak z wiekiem zmienia się myślenie, przeżywanie i zachowanie oraz jak sobie z tym radzić – warsztat
27.10.2014 godz. 17.00-20.00	pon.	Jak podtrzymywać sprawność ruchową osób starszych – zabiegi, ćwiczenia, rehabilitacja domowa - wykład rehabilitanta
29.10.2014 godz. 11:00-16:00	śr.	Jak rozmawiać z osobami starszymi oraz z osobami starszymi z objawami demencji – warsztat
03.11.2014 godz. 16.00-20.00	pon.	Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach – spotkanie z ratownikiem medycznym
05.11.2014 godz. 11:00-16:00	śr.	Jak ćwiczyć pamięć i podtrzymywać samodzielność oraz sprawność umysłową osób starszych – warsztat
08.11.2014 godz. 11.00-16.00	sob.	Zrozumieć osobę starszą- czyli jak z wiekiem zmienia się myślenie, przeżywanie , zachowania i jak sobie z tym radzić – warsztat część I
09.11.2014 godz. 11.00-16.00	niedz.	Zrozumieć osobę starszą- czyli jak z wiekiem zmienia się myślenie, przeżywanie , zachowania i jak sobie z tym radzić – warsztat część II
10.11.2014 godz. 17.00-20.00	pon.	Profilaktyka i sposoby redukcji stresu – spotkanie z terapeutą pracy z ciałem
12.11.2014 godz. 11:00-16:00	śr.	Poświęcenie, przemęczenie, irytacja, bezsilność, poczucie winy - jak pomagając bliskim chronić siebie – warsztat
14.11.2014 godz. 17:00-20:00	pt.	Co to jest starość- psychologiczne aspekty starzenia się - wykład psychologa

Data		Temat
15.11.2014 godz. 11.00-16.00	sob.	Jak rozmawiać z osobami starszymi oraz z osobami starszymi z objawami demencji – warsztat część I
16.11.2014 godz. 11.00-16.00	niedz.	Jak rozmawiać z osobami starszymi oraz z osobami starszymi z objawami demencji – warsztat część II
17.11.2014 godz. 17.00-20.00	pon.	Schorzenia wieku podeszłego – wykład lekarza geriatry
19.11.2014 godz. 11:00-16:00	śr.	Stres w opiece nad bliskim - warsztat
24.11.2014 godz. 17.00-20.00	pon.	Jak podtrzymywać sprawność ruchową osób starszych – zabiegi, ćwiczenia, rehabilitacja domowa - wykład rehabilitanta
26.11.2014 godz. 11:00-16:00	śr.	Demencja, niejednoznaczna strata – jak sobie radzić gdy bliscy tracą pamięć i samodzielność - warsztat
28.11.2014 godz. 16.00-20.00	pt.	Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach – spotkanie z ratownikiem medycznym
29.11.2014 godz. 11:00-16:00	sob.	Poświęcenie, przemęczenie, irytacja, bezsilność, poczucie winy- jak pomagając bliskim chronić siebie – warsztat część I
30.11.2014 godz. 11:00-16:00	niedz.	Stres w opiece nad bliskim - warsztat cd.
01.12.2014 godz. 17.00-20.00	pon.	Profilaktyka i sposoby redukcji stresu – spotkanie z terapeutą pracy z ciałem
06.12.2014 godz. 11:00-16:00	sob.	Jak ćwiczyć pamięć i podtrzymywać samodzielność oraz sprawność umysłową osób starszych – warsztat część I
07.12.2014 godz. 11:00-16:00	niedz.	Jak ćwiczyć pamięć i podtrzymywać samodzielność oraz sprawność umysłową osób starszych – warsztat część II
08.12.2014 godz. 17:00-20:00	pn.	Schorzenia wieku podeszłego – wykład lekarza geriatry
13.12.2014 godz. 11:00-16:00	sob.	Demencja, niejednoznaczna strata – jak sobie radzić gdy bliscy tracą pamięć i samodzielność – warsztat część I
14.12.2014 godz. 11:00-16:00	niedz.	Demencja, niejednoznaczna strata – jak sobie radzić gdy bliscy tracą pamięć i samodzielność – warsztat część II

Warsztaty weekendowe trwają dwa dni (2x5h), w trakcie zajęć zapewniamy ciepły posiłek.

Informacje i zapisy: **792 765 603** lub **792 765 779**

zapisy@syntonia.org.pl

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej
Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

