

Senioralni. Poznań: warsztaty w CIS



Do 31 października potrwa w Poznaniu największe senioralne święto! To już 13. edycja cyklu kulturalno-edukacyjnego pod hasłem „Senioralni. Poznań”. Seniorki i seniorzy mogą skorzystać w tym czasie z bogatej oferty miejskiej, stworzonej specjalnie dla nich. Centrum Inicjatyw Senioralnych zaprasza także na ciekawe spotkania do swojej siedziby.

Harmonogram zaplanowanych warsztatów w siedzibie CIS:

11 października, godz. 10.00-11.00 | Bezpieczeństwo osobiste seniorów

Jak chronić dokumenty, karty płatnicze i bezpiecznie poruszać się w miejscach publicznych czy na zakupach? Jak nie dać się oszukać w internecie? Strażnicy miejscy omówią mechanizmy działania oszustów i podpowiedzą, jak postępować w sytuacji zagrożenia. Poruszone zostaną też wątki przemocy fizycznej, psychicznej i ekonomicznej.

Organizator: Straż Miejska Miasta Poznania, miejsce: Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu, ul. Mielżyńskiego 24, zapisy: tel. 61 847 21 11 lub osobiście w CIS, udział bezpłatny.

12 października, godz. 11.00 | Seniorze, chroń swoje mienie

Podczas szkolenia omówione zostaną zagrożenia związane z zawieraniem przez seniorów umów na pokazach i w Internecie. Uczestnicy spotkania otrzymają również przygotowany przez Inspekcję Handlową materiał informacyjny, z którego dowiedzą się m.in. tego, jak zrezygnować z zawartej umowy.

Organizator: Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Poznaniu, miejsce: Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu, ul. Mielżyńskiego 24, zapisy: tel. 61 847 21 11 lub osobiście w CIS, udział bezpłatny.

16 października, godz. 12.00 | Postaw na ekoogrzewanie i termomodernizację!

Podczas spotkania będzie można dowiedzieć się, do kiedy należy wymienić piece i kotły węglowe oraz jak uzyskać dofinansowanie na wymianę takiego ogrzewania, okien czy drzwi.

Organizator: Wydział Klimatu i Środowiska UMP, miejsce: Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu, ul. Mielżyńskiego 24, zapisy: tel. 61 847 21 11 lub osobiście w CIS, udział bezpłatny.

18 października, godz. 12.00 | Międzynarodowy dzień seniora: spotkanie z NFZ

Na spotkaniu będzie można poznać nowości w przepisach i świadczeniach, porozmawiać z dietetykiem oraz wykonać analizę składu ciała wraz z wydrukiem.

Organizator: Wielkopolski Oddział Wojewódzki NFZ w Poznaniu, miejsce: Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu, ul. Mielżyńskiego 24, zapisy (od 11 października): tel. 61 847 21 11 lub osobiście w CIS, udział bezpłatny.

24 października, godz. 12.00 | Czy po klimakterium trzeba iść do ginekologa?

Spotkanie na temat profilaktyki nowotworów piersi, potrzebie badań ginekologicznych i mammografii.

Organizator: lek. med. Konrad Maćkowiak, miejsce: Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu, ul. Mielżyńskiego 24, zapisy (od 17 października): tel. 61 847 21 11 lub osobiście w CIS, udział bezpłatny.

25 października, godz. 12.00 | Czy namiętność jest możliwa po wielu latach związku?

Czy w długotrwałym związku możemy mieć zarówno miłość, jak i udane życie seksualne? Czy namiętność lub pożądanie ma datę ważności?

Organizator: Klaudia Latosik, miejsce: Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu, ul. Mielżyńskiego 24, zapisy (od 18 października): tel. 61 847 21 11 lub osobiście w CIS, udział bezpłatny.