



BURMISTRZ KAMIEŃSKA
OGŁASZA NABÓR
NA SZKOLENIE OTWARTE Z ZAKRESU
PROMOCJI ZDROWIA
DLA MIESZKAŃCÓW GMINY KAMIEŃSK W WIEKU 45+

Szkolenie skierowane jest do osób w wieku 45+

Celem szkolenia jest podniesienie jakości życia pobudzenie aktywności mieszkańców oraz wzrost świadomości w obszarze wiedzy dotyczącej zdrowia fizycznego, emocjonalnego i społecznego. Wzrost wiedzy o zdrowym stylu życia.

Program szkolenia:

Szkolenie z zakresu promocji zdrowia będzie realizowane poprzez zorganizowanie 4 spotkań szkoleniowych.

Terminy i miejsca szkoleń:

Trzy spotkania odbędą się w Domu Ludowym w Kamieńsku w terminach: 15, 22 i 29 Lipiec 2013 r., o godz. 16.30. Każde z 3 spotkań, zlokalizowanych w Kamieńsku, będzie trwało 4 godziny lekcyjne. W trakcie szkolenia przewidziana jest przerwa kawowa.

Czwarte spotkanie szkoleniowe odbędzie się w formie wyjazdu do Szczawnicy w terminie : 6, 7, 8 wrzesień 2013 r. Celem szkolenia wyjazdowego jest wpojenie odpowiednich nawyków zdrowego trybu życia i pokazanie jak duże znaczenie ma aktywny wypoczynek i ruch na świeżym powietrzu dla dobrego samopoczucia, zdrowia witalnego i kondycji

psychicznej. Szkolenie wyjazdowe służyć będzie także nabyciu umiejętności radzenia sobie ze stresem.

Szkolenia przeprowadzą specjaliści : lekarz, rehabilitant oraz pedagog społeczny

- Z UWAGI NA OGRANICZONĄ LICZBĘ MIEJSC O UCZESTNICTWIE DECYDOWAĆ BĘDZIE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ W URZĘDZIE MIEJSKIM W KAMIEŃSKU
- ZGŁOSZENIE UCZESTNICTWA - WYŁĄCZNIE OSOBISTE W URZĘDZIE MIEJSKIM W KAMIEŃSKU, UL. WIELUŃSKA 50, 97-360 KAMIEŃSK, W POK. NR 21
- TERMIN NABORU USTALA SIĘ OD 08.07.2013 r. DO 12.07.2013 r.

Kontakt

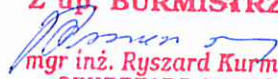
Urząd Miejski w Kamieńsku

Ul. Wieluńska 50

97- 360 Kamieńsk

Pok. Nr 21

Osoba do kontaktu: Iwona Urban, tel. 44 6817123 wew. 41.

Z up. BURMISTRZA

mgr inż. Ryszard Kurman
SEKRETARZ GMINY