

**Kampania prozdrowotna
dedykowana grupie mieszkańców
Elbląga 60+**

Projekt został dofinansowany w ramach
Funduszu Społecznego Grupy Żywiec
www.fundusz.grupazywiec.pl

Kierunek: ZDROWIE

SERDECZNIE ZAPRASZAMY NA CYKL BEZPŁATNYCH SPOTKAŃ

**DO RATUSZA STAROMIEJSKIEGO
W KAŻDĄ ŚRODĘ W GODZ. 16.00 – 18.00**

WSTĘP WOLNY

Organizator



Witold Wróblewski
Prezydent Elbląga

Współorganizator
Elbląska Rada Seniorów



Serdecznie zapraszamy na kolejne spotkanie w ramach kampanii prozdrowotnej dedykowanej grupie mieszkańców Elbląga 60+ pn. „Kierunek: Zdrowie”, które odbędzie się już jutro – 22.02.2017. Będzie ono poświęcone naturoterapii i oddziaływaniu ziół na organizm człowieka. Wykład poprowadzi Jerzy Ruczyński. Początek spotkania o godz. 16.00 w Ratuszu Staromiejskim.

Jerzy Ruczyński swoją przygodę z ziołami zaczął już w dzieciństwie. Pierwsze zbieranie ziół pokazała mu babcia i ciocia, które opowiadały również o ich działaniu i stosowaniu. Swoją wiedzę poszerzał także pobierając nauki od samego Ojca Klimuszki. Pan Jerzy Ruczyński studiował na Wydziale Farmaceutycznym Akademii Medycznej, ukończył także szkolenia z zakresu towaroznawstwa zielarskiego, ziół i astrologii w Warszawie oraz uzyskał dyplom mistrzowski w Katowicach z biomasażu oraz anatomii człowieka. Od 1993 roku prowadzi sklep zielarski i gabinet usług paramedycznych.

„Kierunek: Zdrowie” to cykl bezpłatnych spotkań, dotyczący jednego tematu – zdrowego stylu życia seniorów. Żywienie, właściwa dieta, fitness, pokazy ćwiczeń, rehabilitacja ruchowa, to zagadnienia o których elbląscy seniorzy będą mogli dowiedzieć się od specjalistów z różnych dziedzin. Zajęcia odbywają się w Ratuszu Staromiejskim, w kolejne środy (do 15 marca), w

godzinach od 16 do 18.

Organizatorem kampanii prozdrowotnej „Kierunek: Zdrowie” jest Witold Wróblewski Prezydent Elbląga, współorganizatorem Elbląska Rada Seniorów. Projekt został dofinansowany w ramach Funduszu Społecznego Grupy Żywiec.

Zobacz szczegółowy harmonogram wszystkich spotkań wraz z tematami: **HARMONOGRAM SPOTKAŃ KAMPANII "KIERUNEK: ZDROWIE"**