

## **Temat: INFORMACJA wstępna o Programie**

### **Harmonogram działań w ramach projektu „Poznajmy się bardziej” – działania Aktywności Seniorów**

#### **Dzień I 30.09.2017 (sobota)**

**8:00** – przyjazd seniorów z Lanova i Karpacza do Ośrodka OLIMP w Szklarskiej Porębie (transport własny),

**8:00 -9:00** – zakwaterowanie, kawa powitalna,

**9:00** – wyjazd do Jeleniej Góry uczestników z Lanova, Karpacza i Szklarskiej Poręby (transport partnera Szklarska Poręba,

**11:00** – prezentacja i parada Seniorów, przemarsz ulicami miasta,

**13:00-14:00** – poczęstunek na rynku w Jeleniej Górze,

**14:00 -17:00** – występy estradowe zespołów Senioralnych (chór/kapela) na Placu Ratuszowym,

**Ok.17:30** – powrót do Szklarskiej Poręby,

**18:00** – spotkanie integracyjne w formie biwak/ognisko bądź kolacji w obiekcie razie niepogody.

Program wieczoru: biesiada, wspólne śpiewanie piosenek biesiadnych, animacje taneczne, występ kapeli czeskiej

#### **Dzień II 1.10.2017 (niedziela)**

**8:00 – 8:45** – śniadanie,

**9:00** – przejazd do Muzeum C. i G. Hauptmannów,

**9:00 – 10:30** - zwiedzanie muzeum i prelekcja „Pogranicze polsko czeskie – historia i współczesność”,

**11:00 – 14:00** - warsztaty z mozaiki szklanej (*podział na 4 grupy, zajęcia plenerowe tylko przy wyjątkowo ciepłej pogodzie, przy niepogodzie pod dachem*),

**14:00** – obiad

**15:00** – prelekcja nt. psychologiczne, zdrowia seniora, pielęgnacji i urody z wykorzystaniem ziół karkonoskich (II grupy, dwie różne sale w tym samym czasie),

**17:00** – warsztaty kulinarne z tradycje żywieniowe rejonu Karkonoszy z zastosowaniem karkonoskich ziół,

**20:00** – kolacja pożegnalna, wręczenie regionalnych pamiątek dla gości – pokaz zdjęć i filmu z pobytu w Szklarskiej Porębie,

**21:00** – wykwaterowanie, wyjazd uczestników z Lanova i Karpacza.