



17.08.2020

## PROGRAM „MOJE MIEJSCE NA ZIEMI”

Seniorzy z Czuchowa i regionu będą mogli wziąć udział w kolejnym projekcie realizowanym przez Miejskie Biblioteki Publiczne w Czuchowie. Placówka ogłosiła w tym celu zasady nowej swojej akcji, zatytułowanej „Moje miejsce na ziemi”.

- Głównym celem tego projektu jest aktywizacja ruchowa czuchowskich seniorów oraz promocja zdrowego trybu życia – zapowiada Karolina Baranowska, dyrektor placówki.

W ramach projektu zostaną zorganizowane również zajęcia rekreacyjno – sportowe oraz spotkania i pogadanki ze specjalistami. Warsztaty ruszą we wrześniu. Na początek będzie to gimnastyka z elementami jogi, później także nordic walking pod okiem instruktora. Będą też zajęcia z dietetykiem, pszczelarzem, psychologiem oraz zajęcia biblioterapii. Spotkania będą się odbywały dwa razy w tygodniu, a do czerwca przyszłego roku.

Zapisy chętnych do udziału w projekcie przyjmowane są w czuchowskiej bibliotece osobiście, telefonicznie lub mailowo: [bibliotekaczl@wp.pl](mailto:bibliotekaczl@wp.pl)

Ilość miejsc jest ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń. Udział w zajęciach będzie bezpłatny. Są one w całości finansowane przez Fundację Orlen. Czuchowska biblioteka otrzymała na ten cel 20 tysięcy złotych.



# Moje Miejsce na Ziemi

URZĄD MIEJSKI W CZĘCHOWIE

*Nota prawna:*

*Miasto Częchów jako właściciel praw autorskich, udziela zgody na nieodpłatne wykorzystanie i publikację tekstów, fotografii i plików dźwiękowych dostępnych na naszej stronie internetowej. Licencja obejmuje wykorzystanie treści i plików w całości lub we fragmentach.*

Pliki do pobrania

[plik dźwiękowy](#)