

# VIVA SENIORZY! 2023

PROGRAM / paw. 3

## Piątek 29 września

11:00 - 11:30	<b>Uroczyste otwarcie Targów VIVA SENIORZY!</b>	scena główna
11:30 - 12:30	<b>Uroczyste rozstrzygnięcie konkursu „Viva! Wielkopolski Senior – edycja 2023. Wielkopolska Otwarta na Osoby Starsze” - Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej</b>	scena główna
12:30 - 13:00	<b>Z Chórem Moniuszko dookoła świata</b> <i>Śremskie Stowarzyszenie Śpiewackie im. Stanisława Moniuszki</i>	scena główna
13:00 - 14:00	<b>Ruch dla duchowej i fizycznej harmonii</b> pokaz i wspólny trening - <i>Poznańskie Stowarzyszenie TAI CHI</i>	scena główna
14:00 - 14:30	<b>Występy chóru "Pięknie żyć" i kabaretu "Ale lipa"</b> <i>Chór i kabaret Uniwersytetu Trzeciego Wieku z Tarnowa Podgórnego</i>	scena główna
14:30 - 15:00	<b>Pokaz tańca HULA - Wągrowiecki Uniwersytet Trzeciego Wieku</b>	scena główna
15:00 - 16:00	przerwa techniczna	scena główna
16:00 - 17:00	<b>GWIAZDA WIECZORU - Koncert Andrzeja Rybińskiego</b>	scena główna
17:00 - 19:00	<b>VIVA Prywatka! Do tańca zaprasza DJ WIKA</b>	scena główna
11:00 - 11:40	<b>Mikrokrążenie jako główna droga do zdrowia</b> <i>Martyna Chmielewska BEMER Group</i>	strefa edukacyjna
11:50 - 12:20	<b>Instytucje i organizacje wspierające opiekę senioralną</b> <i>Piotr Stelmaszewski Fundacja Senior - CARE</i>	strefa edukacyjna
12:30 - 13:00	<b>Terapia, a rzeczywistość wirtualna - dr Michał Majcherek GrydsenLab</b>	strefa edukacyjna
13:10 - 13:40	<b>Srebrne Lisy Internetu – przykłady seniorów, którzy dobrze radzą sobie w Internecie – prof. Henryk Mruk – Fundacja In_Spire</b>	strefa edukacyjna
13:50 - 14:20	<b>Czy sprawna i aktywna seniorka jest naprawdę bezpieczna w swoim domu? – Michał Kraska Silver Care</b>	strefa edukacyjna
10:00 - 17:00	<b>Konferencja Senior - Care 2023</b> <b>Modele opieki długoterminowej w Polsce i za granicą - teoria i praktyka</b>	Hol Wschodni Sala Zielona Piętro II
11:30 – 12:30 13:30 – 14:30	<b>Szkolenie dla Seniorek i Seniorów dot. OK Poznań - Poznańskiej Złotej Karty</b>	Hol Wschodni Sala Niebieska Piętro II
10:30 - 11:30	<b>WYMASUJ STRES – warsztaty masażu relaksacyjnego twarzy - Fundacja ORCHidea</b>	strefa warsztatowa A
11:30 - 13:30	<b>Malowanie plecaków - Caritas Poznań</b>	strefa warsztatowa A
13:30 - 14:30	<b>Stwórz finezyjną torbę na zakupy - Zespół Dziennych Domów Pomocy</b>	strefa warsztatowa A
14:30 - 15:30	<b>Polski język migowy nie tylko jako narzędzie komunikacji - Towarzystwo Tłumaczy i Wykładowców Języka Migowego GEST</b>	strefa warsztatowa A
10:30 - 11:30	<b>Bezpieczni w sieci – praktyczny warsztat dla seniorów, wskazujący możliwe zagrożenia płynące z sieci – Łukasz Detmer</b>	strefa warsztatowa B
11:30 - 12:30	<b>Senior/Seniorka i Pies – szczęśliwy duet – Fundacja Kejtarsi – Zadbaj o pieska!</b>	strefa warsztatowa B
12:30 - 13:30	<b>Wspólne wyplatanie, makrama w praktyce - Chorągiew Wielkopolska Związek Harcerstwa Polskiego</b>	strefa warsztatowa B
13:30 - 15:30	<b>Tkackie arcydzieła - Stowarzyszenie Promocji Zdrowia</b>	strefa warsztatowa B
10:30 - 11:30	<b>Futbol – adaptacja dyscypliny sportu dla potrzeb seniorek i seniorów</b> <i>Klub Sportowy KONTRA z Łodzi – Piłka nożna bez biegania – to możliwe!</i>	strefa warsztatowa C
11:30 - 12:30	<b>Hip Hop jako forma aktywizacji seniorów</b> <i>Regionalne Centrum Wolontariatu CENTERKO w Łodzi – Zatańcz z nami!</i>	strefa warsztatowa C
12:30 - 13:30	<b>Nordic walking - Fundacja BIODERKO</b>	strefa warsztatowa C
13:30 - 14:00	<b>Pokaz pierwszej pomocy - Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej</b>	strefa warsztatowa C

14:00 - 15:00	Smartfon łatwy w obsłudze - SeniorApp	strefa warsztatowa C
<b>Sobota 30 września</b>		
10:30 - 11:00	Blue Sonic - koncert zespołu wokalnego działającego przy Komendzie Wojewódzkiej w Poznaniu	scena główna
11:00 - 12:00	Ruch dla duchowej i fizycznej harmonii pokaz i wspólny trening Poznańskie Stowarzyszenie TAI CHI	scena główna
11:00 - 14:00	Mistrzostwa Wielkopolski Seniorów 60+ w szachach błyskawicznych Wielkopolski Związek Szachowy	strefa Mistrzostw Szachowych
12:00 - 12:15	Poznaj historie architektury targowej - zwiedzamy nieznaną zakątki wprowadzenie do zwiedzania z przewodnikiem - Maciej Kaczmarek	scena główna
12:15 - 13:15	Styl nie ma wieku! – pokaz mody Fundacja Barak Kultury	scena główna
13:30 - 14:15	Zatańcz ze mną w rytmie salsy - pokaz Fundacja Nigdy nie jest za późno	scena główna
14:15 - 14:25	Mistrzostwa Wielkopolski Seniorów 60+ w szachach błyskawicznych ogłoszenie laureatów i wręczenie nagród Wielkopolski Związek Szachowy	scena główna
14:25 - 14:35	Laur Seniora - rozstrzygnięcie konkursu - Grupa MTP	scena główna
14:35 - 15:05	Tańcz i baw się z Rajem Seniora – występ artystyczny Domu Kultury „Orle Gniazdo”, Zespół „Raj Seniora”	scena główna
15:05 - 16:00	przerwa techniczna	scena główna
16:00 - 17:00	<b>GWIAZDA WIECZORU - Koncert Hanny Banaszak</b>	scena główna
10:00 - 17:00	<b>Konferencja Senior-Care 2023</b> Produkty i usługi wspierające opiekę senioralną	Hol Wschodni Sala Zielona Piętro II
10:30 - 11:30	Szkolenie dla Seniorek i Seniorów dot. OK Poznań - Poznańskiej Żłotej Karty	Hol Wschodni Sala Niebieska Piętro II
12:00 - 15:00	Stop manipulacji! Seniorze chroń swoje mienie - Komenda Wojewódzka Policji w Poznaniu	Hol Wschodni Sala Niebieska Piętro II
11:00 - 11:40	Czy sprawna i aktywna seniorka jest naprawdę bezpieczna w swoim domu? - Michał Kraska Silver Care	strefa edukacyjna
11:50 - 12:20	Intymność w wieku dojrzałym. Czy seks ma datę ważności? Klaudia Latosik SILVER oficyna wydawnicza	strefa edukacyjna
12:30 - 13:00	Terapia, a rzeczywistość wirtualna - dr Michał Majcherek GrydsenLab	strefa edukacyjna
13:10 - 13:40	Jak wybierać dom opieki dla siebie lub osoby bliskiej? Piotr Stelmaszewski Fundacja Senior – CARE	strefa edukacyjna
13:50 - 14:20	Prawnik da radę – o bezpieczeństwie w bankowości Internetowej mec. Piotr Ruszkiewicz, mec. Andrzej Pieścik – Fundacja In_Spire	strefa edukacyjna
14:30 - 15:00	Mikrokrążenie jako główna droga do zdrowia Piotr Sierpowski BEMER Group	strefa edukacyjna
15:00 - 15:40	Fizjoterapia mięśni dna miednicy Alicja Stachowska-Spychaj fizjoterapeutka UroConti	strefa edukacyjna
11:00 - 12:00	Motyle dla hospicjum - Polskie Towarzystwo Opieki Paliatywnej oddział w Poznaniu	strefa warsztatowa A
12:00 - 13:00	Trening językowo - poznawczy - Fundacja ORCHidea	strefa warsztatowa A
13:00 - 15:00	Tkackie arcydzieła - Stowarzyszenie Promocji Zdrowia	strefa warsztatowa A
10:30 - 11:30	Wspólne wyplatanie, makrama w praktyce - Chorągiew Wielkopolska Związek Harcerstwa Polskiego	strefa warsztatowa B
11:30 - 13:30	Koraliki i nie tylko - tworzenie bransoletek damskich i męskich oraz pierścionków - Uniwersytet Trzeciego Wieku Tarnowo Podgórne	strefa warsztatowa B
11:00 - 11:30	Pokaz pierwszej pomocy – Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej	strefa warsztatowa C
11:30 - 12:30	Zatańcz ze mną – warsztaty taneczne z Fundacją Nigdy nie jest za późno	strefa warsztatowa C

Program aktualny na dzień 27.09.2023. Zastrzegamy sobie prawo do zmian w programie.