

## Harmonogram Dni Promocji Zdrowia w 2023r. -plan

<b>Data</b>	<b>Wydarzenie</b>	<b>Organizator wydarzenia</b>
17 sierpnia 2023 r.	Nordic Walking dla chętnych osób 60+przygotowanie, potrenowanie przed Biegiem Pawłowickim.	Gminny Ośrodek Sportu w Pawłowicach
22 sierpnia 2023 r.	zajęcia z JOGI dla osób 60+- Szkoła JOGI Padma	Gminny Ośrodek Sportu w Pawłowicach
24 sierpnia 2023 r.	gimnastyka w wodzie dla osób 60+ na basenie w Pawłowicach	Gminny Ośrodek Sportu w Pawłowicach
27 sierpnia 2023 r.	Bieg Pawłowicki	Urząd Gminy Pawłowice
29 sierpnia 2023 r.	zajęcia z JOGI dla osób 60+- Szkoła JOGI Padma	Gminny Ośrodek Sportu w Pawłowicach
9 września 2023 r.	Zdrowo bo na sportowo – impreza klubów sportowych dla dzieci w GOS	Gminny Ośrodek Sportu w Pawłowicach
10 września 2023 r.	Warsztaty zielarskie w plenerze z Panią Danutą Sudół- „Poznaj otaczające Cię zioła” 15.00-17.00	Ośrodek Pomocy Społecznej w Pawłowicach
11 września 2023 r.	<u>FITNESS CLUB ZAHIR</u> – warsztaty (wykład i ćwiczenia ruchowe dla seniorów) –„Zdrowy kręgosłup”	Gminna Biblioteka Publiczna w Pawłowicach
13 września 2023 r.	<u>FITNESS CLUB ZAHIR</u> – warsztaty (wykład i ćwiczenia ruchowe dla seniorów) „Aktywny senior”	Gminna Biblioteka Publiczna w Pawłowicach
14 września 2023 r.	<b><u>KRAINA WARSZTATÓW</u></b> – warsztaty kulinarne dla dzieci -Filia Pielgrzymowice – „Warsztaty kulinarne: zdrowe deserki”	Gminna Biblioteka Publiczna w Pawłowicach
15 września 2023 r.	<b><u>KRAINA WARSZTATÓW</u></b> – warsztaty kulinarne dla dzieci -Filia Pawłowice „Warsztaty kulinarne: zdrowe ciasteczka”	Gminna Biblioteka Publiczna w Pawłowicach
5,12,19 września 2023 r.	Warsztat z psychologiem dla dzieci- Pani Katarzyna Pławicka- "Profilaktyka- zaburzeń wśród dzieci i młodzieży" Świątlica różowe okulary w godzinach pracy	Ośrodek Pomocy Społecznej w Pawłowicach
18-20 września 2023 r.	Bezpłatna Mammografia dla kobiet urodzonych w latach 1954-1973– Rynek przy Urzędzie Gminy	Narodowy Instytut Onkologii
22 września 2023 r.	Warsztat z Panią Barbarą Zamęcką- „Upiecz sobie chleb”	Ośrodek Pomocy Społecznej w Pawłowicach
6 październik 2023 r.	Warsztat z Panią Barbarą Zamęcką- „Upiecz sobie chleb” 16.00-18.00	Ośrodek Pomocy Społecznej w Pawłowicach
18 października 2023 r.	<u>Spotkanie autorskie dla młodzieży z Krzysztofem Piersą „Uzależnienie od komputera”</u> Filia Warszowice i Filia Osiedle	Gminna Biblioteka Publiczna w Pawłowicach

Dodatkowe wydarzenia w ramach Dni Promocji Zdrowia.

O terminach będziemy informować na bieżąco na [www.pawlowice.pl](http://www.pawlowice.pl)

Warsztaty dot. profilaktyki raka piersi dla seniorów, KGW (sołectwa) . G. Pisarek	Urząd Gminy Pawłowice
Warsztaty „Pierwsza pomoc” seniorzy i KGW – G. Pisarek	Urząd Gminy Pawłowice
Film o zdrowiu	Gminny Ośrodek Kultury w Pawłowicach
Teatrzyk dla dzieci	Gminny Ośrodek Kultury w Pawłowicach
Warsztaty z psychologiem „Jak sobie radzić z trudnymi emocjami : stres, lęk, odrzucenie”	Ośrodek Pomocy Społecznej w Pawłowicach