

26.08.2023 (sobota)  
godz. 11.00-15.00

**Park Grabiszyński**  
polana przy Wzgórzu Oporowskim

## Piknik rekreacyjno-sportowy „Fabryka pasji i zainteresowań – aktywnie dbam o zdrowie psychiczne”

Wydarzenie realizowane w ramach projektu pn. „Program zintegrowanych działań zdrowotnych, społecznych i socjalnych w procesie zdrowienia osób z doświadczeniem choroby psychicznej etap II”

W programie pikniku m.in.:

- 11:00-15:00 Stanowisko edukacyjne dotyczące profilaktyki i promocji zdrowia psychicznego** (namiot Wrocławskiego Centrum Zdrowia)
- 11:00-15:00 Mobilny Punkt wydawania Wrocławskiej Karty Seniora** (namiot Przestrzeni Trzeciego Wieku Wrocławskiego Centrum Rozwoju Społecznego)
- 11:10-12:00 Zumba gold**
- 12:10-13:00 Gimnastyka ciała / Pilates / Mental core**
- 13:10-14:00 Zumba gold**
- 14:10-15:00 Pilates**
- 15:00 Zakończenie wydarzenia**

SERDECZNIE ZAPRASZAMY

Zajęcia prowadzą wykwalifikowani trenerzy