



Olomoucký kraj

Zábavně – naučné odpoledne pro seniory
pod záštitou náměstkyně hejtmana Olomouckého kraje
Yvony Kubjátové

v pondělí 1. října 2012 v Olomouci

Kde: Regionální centrum Olomouc, sál Pegasus

Kdy: 13.30 až 15.30 hodin

Vstup: bezplatný

Program:

- **Přednáška o léčivých účincích bylin**
Jarmila Podhorná
- Živnostník roku 2010 Olomouckého kraje
- **Proč je důležité aktivně trávit čas**
– ukázka pohybových aktivit
- **Měření tlaku, výšky, váhy, BMI**
- **Jak trénovat paměť s příklady cvičení**
- **Koncert populárního hudebníka, zpěváka**
a baviče Richarda Pogody

Přijďte společně s námi strávit aktivně odpoledne.

Čeká na vás pestrý program s užitečnými radami a zábavou.

Vstup je zdarma.