



LUBLIN 2017
700 LAT
MIASTA

VI LUBELSKIE DNI SENIORA

5 - 9 czerwca 2017 r.

Harmonogram wydarzeń

LUBLIN INSPIRUJE SENIORÓW

www.seniorzy.lublin.eu



Inauguracja:

- 5 czerwca, godz. 14.00, Ratusz
- przekazanie Seniorom symbolicznego klucza do Miasta

Zakończenie:

- 8 czerwca, godz. 16.00, Filharmonia Lubelska im. Henryka Wieniawskiego w Lublinie
- koncert galowy "Złote Przeboje" Krzysztofa Krawczyka (wymagana rejestracja tel. 81 466 20 61)

L.p.	DATA	GODZINA	MIEJSCE	WYDARZENIE	OPIS	ORGANIZATOR
1	4.06.2017	7.00	ul. Leszczyńskiego 23	Wycieczka do Nałęczowa, Kazimierza Dolnego	Przejazd kolejką wąskotorową, zwiedzanie	Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddział Okręgowy tel. 81 532 67 83
2	5.06.2017	8.00–18.00 8.00–11.00 12.00–13.00	ul. Chodźki 3 lok. 8	Bezpłatne badania progu słyszania oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu Przesiewowe badania zawrotów głowy „Seniorze! Trenuj swój umysł!” - trening pamięci	Bezpłatne badania	Lubelskie Centrum Słuchu i Mowy Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 443 04 44
3	5.06.2017	9.00	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	Tai-chi dla seniorów	Ćwiczenia ruchowo-oddechowe	tel. 81 311 00 02 filia35@mbp.lublin.pl
4	5.06.2017	9.00-16.00	Al. Kraśnicka 100 ul. Topolowa 7 ul. Langiewicza 6a ul. Nowy Świat 38B ul. Leonarda 3B ul. Orla 5 ul. Chodźki 3 lok.8	Bezpłatne badania progu słyszania oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu	Testowanie aparatów słuchowych	ACS Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 471 40 04

5	5.06.2017	9.00-10.30	DDK „Węglin” ul. Judyma 2A	Próba zespołu chóralnego „BELLO CANTO”	Zaproszenie skierowane do utalentowanych seniorów z pasją do śpiewania, którzy chcą aktywnie spędzać czas	DDK „Węglin” info@ddkwęglin.pl
6	5.06.2017	10.00	Dom Pomocy Społecznej "Betania" Al. Kraśnicka 223	Turniej Warcabowy	IV edycja Turnieju Warcabowego z udziałem Seniorów	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Dorota Zając tel. 81 466 55 85 883 606 979
7	5.06.2017	10.00	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	Warsztaty w grupach międzypokoleniowych	Warsztaty kreatywnego pisania	tel. 81 311 00 02 filia35@mbp.lublin.pl
8	5.06.2017	10.00	Filia nr 16 MBP ul. Kasztanowa 1	Zajęcia komputerowe dla seniorów	Obsługa programów multimedialnych	tel. 81 444 77 55 filia16@mbp.lublin.pl
9	5.06.2017	10.00-12.00	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	„Zapamiętany LUBLIN”	Spotkanie integracyjne Seniorów Opowiadacze Dziejów Lublina Lista 100 Wybitnych Lublinian Projekt SAdownia Trzeciego Wieku	Fundacja SAdownia i Filia nr 35 MBP Adam Miszczak tel. 887 394 829 adammiszczak48@gmail.com
10	5.06.2017	10.30-11.30	Dom Pomocy Społecznej im. W. Michelisowej ul. Archidiakońska 7	„Kiedy Słońce było bogiem”	Czytanie fragmentów "Starej baśni" Józefa Kraszewskiego i "Pieśni świętojańskiej o Sobótce" Jana Kochanowskiego	tel. 81 532 05 45 filia21@mbp.lublin.pl
11	5.06.2017	11.00	Ośrodek „Brama Grodzka–Teatr NN” ul. Grodzka 21	Wystawa „Lublin. Pamięć miejsca”	Wystawa poświęcona życiu i zagładzie społeczności żydowskiej w Lublinie	Cena biletu: 5 zł Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 532 58 67
12	5.06.2017	11.00	Prawosławny Dom Pomocy Społecznej ul. Dolińskiego 1	„Pieśni biesiadne”	Koncert w wykonaniu zespołu „Senioritki” pod batutą Dariusza Machnickiego	Lucyna Wiszniewska tel. 81 444 41 60
13	5.06.2017	12.00-13.00	Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej ul. Narutowicza 41	Dni otwarte - zapoznanie z kroniką i działalnością Klubu Wolontariusza	Dni otwarte w Klubie	Wielopokoleniowy Klub Wolontariusza TWWP Odz. w Lublinie Elżbieta Iwanicka tel. 81 743 86 42

14	5.06.2017	12.30	Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów nr 2 ul. Maszynowa 2	Spotkanie integracyjne	Spotkanie dzieci z Przedszkola nr 40 i seniorów z DPS nr 2	Ewa Krawczyk tel. 500 141 181
15	5.06.2017	12.30–14.30	Fundacja Wzajemnego Wsparcia KLUCZ ul. Rybna 7	Warsztaty graficzne - "Lubelskie Kościoły"	Wykonanie jubileuszowej pamiątki	tel. 512 532 804
16	5.06.2017	13.00-14.00	Filia nr 13 MBP ul. Grażyny 13	Obsługa urządzeń cyfrowych	Nauka podstawowych umiejętności obsługi nowoczesnych technologii. Konsultacje i prezentacja książek, czasopism dotyczących tematu	tel. 81 525 08 85 filia13@mbp.lublin.pl
17	5.06.2017	13.00-14.30	DDK „Węglin” ul. Judyma 2A	Próba zespołu tanecznego „Lubelskie Czaderki”	Zaproszenie skierowane do senierek z pasją do tańca, które chcą aktywnie spędzać czas	DDK „Węglin” info@ddkweglin.pl
18	5.06.2017	14.00	NZOZ SANUS ul. Magnoliowa 4	„Pilates”- prezentacja techniki ćwiczeń	Zajęcia ruchowe – mgr Katarzyna Wysocka, fizjoterapeuta NZOZ Sanus	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 74 73 999
19	5.06.2017	14.00-16.00	Lubelski Oddział Okręgowy PCK ul. Puchacza 6 (Świetlica dla Seniorów)	Prezentacja zasad postępowania przedmedycznego	Pokazy udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej (możliwość ćwiczenia na fantomie)	tel. 81 532 08 27
20	5.06.2017	14.00-20.00	Przychodnia "Plus-Medic" ul. Matki Teresy z Kalkuty 18	Bezpłatne konsultacje fizjoterapeutyczne, gimnastyka dla seniorów	Konsultacje i ćwiczenia usprawniające	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel: 81 563 53 30 737 474 311 info@plusmedic.pl
21	05.06.2017	16.00-17.00 Zbiórka 15.50	Siłownia plenerowa ul. Młodzieżowa (obok Orlika)	Ćwiczenia gimnastyczno-siłowe	Ćwiczenia siłowe dostosowane do możliwości, przy zachowaniu stabilnej pozycji - pod okiem animatora	Animator Orlika Ł. Janczykowski tel. 512 092 15

22	5.06.2017	16.00- 17.00	Dzielnicowy Dom Kultury „Bronowice” ul. Krańcowa 106	„Lubelskie Legendy”	Wykład p. Moniki Szablowskiej - Zaręby połączone z prezentacją multimedialną	Iwona Niedzielska Wstęp wolny
23	5.06.2017	16.00- 18.00	Orlik przy Gimnazjum nr 1 ul. Kunickiego 116	Towarzyski turniej w bule dla osób 50+ z rodzinami	Gra w bule (skład zespołu: 2 osoby 50+ i 2 osoby młodsze)	Animator Orlika Mariusz Żyszkiewicz Renata Adamczyk tel. 697 609 003
24	5.06.2017	16.00- 18.00	Orlik przy ZSO nr 1 ul. Radzyńska 5	Turniej tenisa ziemnego	Turniej systemem pucharowym	Animator Orlika Władysław Wzorek tel. 503 770 885
25	5.06.2017	16.30- 18.00	Orlik przy SP nr 52 ul. Wł. Jagiełły 11	Gra we frisbee	Gra przy użyciu latających dysków	Paweł Kucharewicz tel. 509 455 383
26	5.06.2017	18.00	Restauracja Hades Szeroka ul. Grodzka 21	Spotkanie z opowieściami Witka Dąbrowskiego	"Opowieści z bramy" Witka Dąbrowskiego z Ośrodka Brama Grodzka - Teatr NN	Elżbieta Cwalina tel. 607 260 770 Kulinarna niespodzianka
27	5.06.2017	18.00	Teatr Stary ul. Jezuicka 18	Kino w Teatrze Starym "Prosta historia o morderstwie"	Projekcja filmowa	Bilety ulgowe w cenie 8 zł
28	5.06.2017	18.00	Kawiarnia "Między Słowami" ul. Rybna 4	Kabaret "Spacerkiem po Lublinie"	Występ kabaretu „Mydło i Powidło” działającego przy Stowarzyszeniu „TERRAZ SENIORAS”	Lilia Potonia tel. 691 092 253
29	5.06.2017	18.00	Pracownie Kultury Tatary - filia DDK „Bronowice” ul. Hutnicza 28 A	Potańcz z nami – potańcówka w rytmach lubelskich	Wydarzenie taneczne przy muzyce na żywo. Zespół wykona największe hity lat 70, 80 oraz współczesne. Zabawy animacyjne i integracyjne	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 746 61 94 Napoje i poczęstunek we własnym zakresie
30	5.06.2017	18.00	Orlik przy Gimnazjum nr 7 ul. Krasińskiego 7	Gra w siatkówkę	Mecz/e w siatkówkę	Animator Orlika Dariusz Paszkowski tel. 508 216 968
31	5.06.2017	19.00	GACA CENTRUM Galeria Gala ul. Fabryczna 2	Dieta Konrada Gacy	Prezentacja autorskiego programu Konrada Gacy oraz historii pacjentów, którzy odzyskali zdrowie i dobre samopoczucie	Manager GC Lublin tel. 81 469 97 03

32	5.06.2017	19.00-20.00	Orlik przy SP nr 6 ul. Czwartaków 11	Bule - rozgrywki	Rozgrywki w bule - w zależności od ilości uczestników możliwy system pucharowy Sugestie i propozycje mile widziane	Animator Orlika Andrzej Radziejewski tel. 607 912 500
33	05.06.2017	20.10	Siłownia HARYZMA ul. Willowa 65	W zdrowym ciele zdrowy duch	Bezpłatne zajęcia rekreacyjno-ruchowe dedykowane osobom starszym (pilates)	Grzegorz Pietrzak tel. 512 316 239 Zajęcia bezpłatne dla posiadaczy Lubelskiej Karty Seniora
34	5-9.06.2017	8.00-16.00	SWISSFON ul. Weteranów 30 (skrzyżowanie z ul. Godebskiego 3)	Badania audiometryczne słuchu, badania typanometrii, testowanie szwajcarskich aparatów słuchowych	Specjalistyczne badanie słuchu, możliwość testowania szwajcarskich aparatów słuchowych przez osoby ze znacznym ubytkiem słuchu	Gabinet Protetyki Słuchu SWISSFON Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 381 51 20 881 200 118 swissfon@op.pl
35	5-9.06.2017	8.00-22.00	Siłownia HARYZMA ul. Willowa 65	W zdrowym ciele zdrowy duch	Bezpłatne zajęcia na siłowni	Grzegorz Pietrzak tel. 512 316 239 Zajęcia bezpłatne dla posiadaczy Lubelskiej Karty Seniora
36	5-9.06.2017	9.00-13.00	Opticon Centrum Dobrego Widzenia ul. Chodźki 3	Bezpłatne profilaktyczne badania wzroku	Badanie ostrości widzenia - autorefraktometr, ciśnienia oka, AMD. Symulator widzenia w okulkarach progresywnych	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 470 54 00
37	5-9.06.2017	9.00-16.00	audioNOVA ul. Hempla 5 (I piętro CM Sanitas)	„Seniorze, usłysz świat z audioNOVA”	Bezpłatne badanie słuchu, indywidualne porady protetyków słuchu Akcja rabatowa dla seniorów: „Baterie za 1 zł”	Dorota Podkańska Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81/ 533 61 47
38	5-9.06.2017	9.00-17.00	audioNOVA ul. Bernardyńska 10	„Seniorze, usłysz świat z audioNOVA”	Bezpłatne badanie słuchu, indywidualne porady protetyków słuchu Akcja rabatowa dla seniorów: „Baterie za 1 zł”	Dorota Grabowska Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 532 55 70

39	5-9.06.2017	9.00-17.00	audioNOVA ul. Kompozytorów Polskich 8	„Seniorze, usłysz świat z audioNOVA”	Bezpłatne badanie słuchu, indywidualne porady protetyków słuchu Akcja rabatowa dla seniorów: "Baterie za 1 zł"	Iwona Choderek-Mędrak Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 888 72 72
40	5-9.06.2017	11.00	Filia nr 26 MBP ul. Leonarda 18	„Poznajemy świat Internetu”	Indywidualne konsultacje z zakresu obsługi komputera, dostosowane do potrzeb uczestników	tel. 81 525 64 39 filia26@mbp.lublin.pl
41	5-9.06.2017	11.00-17.00	Lubelskie Centrum Rehabilitacji Limfomed Sp. z o.o. ul. Wigilijna 2A Galeria Athena, I p.	Bezpłatne konsultacje fizjoterapeutyczne	Konsultacje z zakresu rehabilitacji prowadzone przez fizjoterapeutów	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 462 30 50 limfomedlublin@gmail.com
42	5-9.06.2017	W godz. otwarcia biblioteki	Filia nr 31 MBP ul. Nałkowskich 104a	„Lublin nad łąką przysiadł...”	Wystawa Aliny Hładyniuk	tel. 81 744 71 69 filia31@mbp.lublin.pl
43	5-9.06.2017	W godz. otwarcia biblioteki	Filia nr 36 MBP ul. Zygmunta Augusta 15	Wystawa pt. Twórczość Piotra Stachewicza w zwierciadle "Tygodnika Ilustrowanego" (1884- 1918)	Wystawa przygotowana przez Bibliotekę Uniwersytecką KUL oraz Instytut Kulturoznawstwa KUL	Joanna Łopuszyńska tel. 81 311 00 16 filia36@mbp.lublin.pl
44	5-9.06.2017	W godz. otwarcia biblioteki	Filia nr 21 MBP Rynek 11	„Dwa światy”	Wystawa fotografii Agaty Kulawiec	tel. 81 532 05 45 filia21@mbp.lublin.pl
45	5-9.06.2017	W godz. otwarcia biblioteki	Filia nr 39 MBP ul. Głuska 138	Wystawa Jacka Zaima „Ostatni taki zecer”	Wystawa zdjęć Tadeusza Waclawa Budynekiewicza	tel. 81 532 05 29 filia39@mbp.lublin.pl
46	5-9.06.2017	W godz. otwarcia biblioteki	Filia nr 19 MBP ul. Kunickiego 89	Akcja „Czytanie leczy”	Prezentacja książek rekomendowanych seniorom	tel. 81 745 31 44 filia19@mbp.lublin.pl
47	5-9.06.2017	W godz. otwarcia biblioteki	Filia nr 15 MBP ul. Wajdeloty 20	Konkurs - Krzyżówka Literacka	Rozwiązywanie krzyżówek	tel. 81 525 12 62 filia15@mbp.lublin.pl

48	5-9.06.2017	Do ustalenia indywidualnie	Filia nr 9 MBP ul. Krańcowa 106	Zajęcia komputerowe	Zajęcia z obsługi komputera	tel. 81 744 17 18 filia9@mbp.lublin.pl
49	6.06.2017	8.00–18.00 8.00–11.00	ul. Chodźki 3 lok. 8	Bezpłatne badania prognozy słyszenia oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu Przesiewowe badania zawrotów głowy	Bezpłatne badania	Lubelskie Centrum Słuchu i Mowy Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 443 04 44
50	6.06.2017	8.00-12.00	Przychodnia "Plus- Medic" ul. Matki Teresy z Kalkuty 18	Bezpłatne konsultacje fizjoterapeutyczne, gimnastyka dla seniorów	Konsultacje i ćwiczenia usprawniające	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 563 53 30 737 474 311 info@plusmedic.pl
51	6.06.2017	8.00-12.00	Przychodnia "Plus- Medic" ul. Matki Teresy z Kalkuty 18	Bezpłatne konsultacje neurologopedyczne	Konsultacje neurologopedyczne, skierowane do osób po udarach, afazji, osób z zaburzeniami mowy	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 563 53 30 737 474 311 info@plusmedic.pl
52	6.06.2017	8.30-10.00	WTZ Misericordia ul. Głuska 138	Warsztat pt. „Skuteczna relaksacja a zdrowie” – nauka technik relaksacyjnych	Krótki wykład nt. stresu i jego znaczenia w codziennym życiu Warsztaty z zakresu technik relaksacyjnych	Misericordia Warsztat Terapii Zajęciowej Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 759 92 99 lub warsztat.misericordia@gmail.com
53	6.06.2017	9.00	Filia nr 2 MBP ul. Peowiaków 12	Otwarty warsztat komputerowy dla seniorów	Zapoznanie się z zasadami korzystania z katalogu OPAC MBP oraz strony internetowej MBP	tel. 81 466 62 47 filia2@mbp.lublin.pl
54	6.06.2017	9.00-11.00	Filia nr 24 MBP ul. Juranda 7	Aktywni on/offline	Zajęcia komputerowe dla seniorów	Fundacja Piąte Medium

55	6.06.2017	9.00-16.00	Al. Kraśnicka 100 ul. Topolowa 7 ul. Langiewicza 6a ul. Nowy Świat 38B ul. Leonarda 3B ul. Orla 5 ul. Chodźki 3 lok.8	Bezpłatne badania prognozy słyszenia oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu	Testowanie aparatów słuchowych	ACS Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 814 714 004
56	6.06.2017	9.30	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	„Rękodzieło łączy pokolenia”	Warsztaty rękodzielnicze	tel. 81 311 00 02 filia35@mbp.lublin.pl
57	6.06.2017	9.30-10.30	Klub Lady Fitness ul. Pana Balcera 6a	Gimnastyka dla pań	Grupowe zajęcia gimnastyczne ogólnorozwojowe dla pań	Małgorzata Wójtowicz tel. 608 278 273 tel. 81 442 41 44
58	6.06.2017	10.00	Dom Pomocy Społecznej im. W. Michelisowej ul. Archidiakońska 7	Spotkanie międzypokoleniowe „Kolorowe balony” - zabawy ruchowe z udziałem przedszkolaków	Spotkanie w ogrodzie, gry i zabawy ruchowe, poczęstunek	tel. 81 466 55 55
59	6.06.2017	10.00	ul. Leszczyńskiego 23	Zwiedzanie Ogrodu Botanicznego w Lublinie	Wycieczka do Ogrodu Botanicznego w Lublinie	Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddział Okręgowy tel. 81 532 67 83
60	6.06.2017	10.00-12.00	Dom Pomocy Społecznej "Betania" Al. Kraśnicka 223	Warsztaty plastyczne	Prezentacja techniki tworzenia origami	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Dorota Zając tel. 81 466 55 85 883 606 979
61	6.06.2017	10.00-12.00	Filia nr 13 MBP ul. Grażyny 13	Interaktywny trening pamięci	Rebusy, quizy, sudoku	tel. 81 525 08 85 filia13@mbp.lublin.pl
62	6.06.2017	10.00-12.00	NZOZ SANUS ul. Magnoliowa 4	Wykład pt. „ Problemy z pamięcią u osób starszych - norma czy choroba. Metody ćwiczenia pamięci”	Wykład edukacyjny mgr Katarzyny Zieniewicz – psychologa Oddziału Psychogeriatry NZOZ Sanus	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 74 73 999
63	6.06.2017	10.00-12.30	Klub Seniora „Pod świerkami” ul. Tuwima 5	Wzmacniające ćwiczenia grupowe z rehabilitantem	Ćwiczenia rehabilitacyjne z wykorzystaniem m.in. hantelek i taśmy Thera Band	Seniorzy uczestniczący w zajęciach otrzymają słodkie upominki oraz pićczki rehabilitacyjne z kołcami do masażu

64	6.06.2017	10.00-13.00	Gimnazjum im. Płk. W. Kołaczkowskiego w Pliszczynie	Otwarcie Dni Społecznych Dzień Patrona Szkoły	Spotkanie Klubu Seniorów Lotnictwa z młodzieżą	Klub Seniorów Lotnictwa Aeroklubu Lubelskiego, Gimnazjum w Pliszczynie
65	6.06.2017	10.30	Dom Pomocy Społecznej im. Matki Teresy z Kalkuty ul. Głowackiego 26	"Legenda o Czarnej Łapie"	Występ dzieci z Przedszkola nr 5	tel. 81 466 55 80
66	6.06.2017	10.30-11.30	Klub Lady Fitness ul. Pana Balcera 6a	Zdrowy kręgosłup	Grupowe zajęcia gimnastyczne wzmacniające kręgosłup dla pań	Małgorzata Wójtowicz tel. 608 278 273 tel. 81 442 41 44
67	6.06.2017	11.00	Filia nr 26 MBP ul. Leonarda 18	„Opowieści z Rostocza”	Wystawa i prelekcja na temat Rostocza	tel. 81 525 64 39 filia26@mbp.lublin.pl
68	6.06.2017	11.00-12.00	Galeria Labirynt ul. Popiełuszki 5	"Jackson Pollock - malarstwo gestu" - wykład	Wykład Agnieszki Cieślak nt. Jacksona Pollocka, czołowego przedstawiciela amerykańskiego ekspresjonizmu abstrakcyjnego	Galeria Labirynt Fundacja tu obok Wstęp wolny
69	6.06.2017	11.00-12.30	Lubelski Oddział Okręgowy PCK ul. Puchacza 6 (Świetlica dla Seniorów)	„Razem przeciwko dyskryminacji”	Warsztat dla seniorów	tel. 81 532 08 27
70	6.06.2017	11.00-12.30	Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów Nr 1 ul. Poturzyńska 1	„Kultura z Lublina”	Konkurs wiedzy o lubelskich artystach oraz wspólne śpiewanie, słuchanie i czytanie dzieł lubelskich twórców. Słodki poczęstunek	Kamila Gralewska tel. 513 154 832 Impreza dla uczestników CDP1 oraz innych placówek ZOW
71	6.06.2017	11.00-14.00	Muzeum Wsi Lubelskiej AL. Warszawska 96	Spotkanie integracyjne	Zajęcia edukacyjne dla uczestników Zespołu Ośrodków Wsparcia	Beata Kidaj tel. 81 466 55 64

72	6.06.2017	11.00-15.00	Politechnika Lubelska ul. Nadbystrzycka 38D	„700 Kroków Dla LUBLINA”	Międzypokoleniowy Maraton Seniorów z kijkami na trasie Politechnika Lubelska - Most 700 Lecia Lublina - Arena Lublin	Fundacja SADownia, Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku Politechnika Lubelska Adam Miszczak tel. 887 394 829 adammiszczak48@gmail.com
73	6.06.2017	11.30	Dom Pomocy Społecznej im. Św. Jana Pawła II ul. Ametystowa 22	Przedstawienie pt. " Z Wadowic do świętości"	Przedstawienie o Św. Janie Pawle II w wykonaniu uczniów ze Szkoły Podstawowej nr 51	DPS im. Św. Jana Pawła II Szkoła Podstawowa nr 51 w Lublinie Wstęp wolny
74	6.06.2017	12.00	GACA CENTRUM Galeria Gala ul. Fabryczna 2	Trening w GACA CENTRUM	Bezpłatny próbny trening pod okiem trenerów. Mierzenie poziomu tkanki tłuszczowej	Manager GC Lublin tel. 81 469 97 03 Niezbędny strój sportowy oraz obuwie na zmianę
75	6.06.2017	12.00	Kino „Bajka” ul. Radziszewskiego 8	Klub Filmowy Seniora	Pokaz filmu “Zwyczajna dziewczyna” Przed seansem wiosenny poczęstunek	Waldemar Niedźwiedź tel. 602 436 094 Specjalna cena biletu: 10 zł
76	6.06.2017	12.00-13.00	Lubelski Klub Tenisowy Al. Zygmuntofskie 4	Zajęcia tenisowe na korcie z trenerem	Trening, nauka postawy I zajęcia pokazowe na korcie tenisowym	Ksawery Zaborski tel. 665 912 554 Sprzęt (piłki I rakiety) do wypożyczenia bezpłatnie na miejscu
77	6.06.2017	12.00-18.00	NZOZ Curate-filia ul. Bazylianówka 58	Dermokonsultacje, pomiar frakcji lipidowej, pomiar ciśnienia tętniczego, pomiar cukru we krwi	Bezpłatne badania	Marta Kasprzyk tel. 797 709 909 Informacje dla Pacjentów tel. 81 460 29 06
78	6.06.2017	Godziny wejść: 12.30 13.15 14.00	AQUA Lublin Al. Zygmuntofskie 4	Zajęcia aqua aerobic	Dodatkowo możliwość zbadania poziomu cukru I ciśnienia	Decyduje kolejność zapisu przez platformę bo2017.pl (zakładka Aktywny Lublin)

79	6.06.2017	13.00	Muzeum Lubelskie w Lublinie ul. Zamkowa 9	700 lat Lublina – wykład z prezentacją multimedialną	Wykład poświęcony historii miasta, prowadzony w oparciu o najstarszą ikonografię i źródła historyczne	Dział Edukacji tel. 81 537 96 15
80	6.06.2017	13.00-15.00	Lubelski Klub Tenisowy Al. Zygmuntofskie 4	Udostępnienie kortu	Udostępnienie kortu dla chętnych uczestników zajęć (bez trenera)	Ksawery Zaborski tel. 665 912 554 Sprzęt (piłki i rakiety) do wypożyczenia bezpłatnie na miejscu
81	6.06.2017	14.00	Klub Osiedlowy Miniatura ul. Śliwińskiego 1	Gala koncertowa: Mariola Zagojska i Jej Goście	Wydarzenie muzyczno-wokalne z udziałem wybitnych artystów lubelskiej estrady	Małgorzata Wielgosz tel. 693 333 932; mawiel@wp.pl Wstęp wolny
82	6.06.2017	14.00-15.30	Filia nr 39 MBP ul. Głuska 138	Warsztat pt. „Biblioterapia – znaczenie dla zdrowia”	Biblioterapia jako skuteczny sposób niwelujący stres i wzmacniający umiejętności społeczne, m.in. relacje z innymi ludźmi	Misericordia Warsztat Terapii Zajęciowej przy współpracy z Filią nr 39 MBP Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 759 92 99 lub warsztat.misericordia@gmail.com
83	6.06.2017	14.00-16.00	Dom Pomocy Społecznej ul. Kosmonautów 78	Warsztat Art Terapii	Wykonywanie piłeczek do rehabilitacji rąk	Wielopokoleniowy Klub Wolontariusza TWWP oddział w Lublinie Elżbieta Iwanicka tel. 81 743 86 42
84	6.06.2017	15.00- 17.00	Pracownie Kultury Maki - filia DDK „Bronowice” ul. Olchowa 8	„Pamiętka z Lublina” cz. 1	Dwudniowe warsztaty zdobienia przedmiotów z wykorzystaniem starych i współczesnych zdjęć	Natalia Wiśniewska Paulina Janowska tel. 81 444 00 06
85	6.06.2017	16.00	Pracownie Kultury Tatary - filia DDK „Bronowice” ul. Hutnicza 28 A	"700 melodii na 700 - lecie Lublina"	Koncert o charakterze multimedialnego wydarzenia muzyczno-tanecznego, z przewodnim tematem tradycyjnej kultury Lubelszczyzny	tel. 81 746 61 94 Uczestnictwo bezpłatnie

86	6.06.2017	16.00	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	Koncert z cyklu „Gdzie mieszka muzyka” - „Fortepianowa laurka”	Koncert muzyczny	tel. 81 311 00 02 filia35@mbp.lublin.pl
87	6.06.2017	16.00-17.00	Orlik przy SP nr 40 ul. Młodzieżowa	Gra w koszykówkę	Ćwiczenia z elementami koszykówki - pod okiem animatora	Animator Orlika K. Drobik tel. 500 467 757
88	6.06.2017	16.00-17.00	Orlik przy Gimnazjum nr 1 ul. Kunickiego 116	Ćwiczenia z piłkami body ball	Zajęcia prowadzone przez seniorki z Uniwersytetu III Wieku	Animator Orlika Michał Pęziół Barbara Golubińska tel. 534 213 173
89	6.06.2017	16.00-18.00	Orlik ZSO nr 1 ul. Radzyńska 5	Konkurencje koszykarskie	Konkurs rzutów osobistych, małe gierki	Animator Orlika Sławomir Depta tel. 664 142 66
90	6.06.2017	16.15	Filia nr 25 MBP ul. Sympatyczna 16	Spotkanie z Zofią Wiercińską pt. „Meksyk – śladami cywilizacji prekolumbijskich”	Prelekcja wraz z prezentacją multimedialną na temat Meksyku i cywilizacji prekolumbijskich	tel. 81 527 21 82 filia25@mbp.lublin.pl
91	06.06.2017	16.30-18.00	Orlik przy SP nr 52 ul. Wł. Jagiełły 11	Gra w bulle	Gra przy użyciu metalowych kul	Mariusz Rzedzicki tel. 503 051 854
92	6.06.2017	17.00	Dom Kultury LSM ul. Wallenroda 4a	Jubileuszowy koncert zespołu PASJONATTA	Koncert z okazji 5-lecia zespołu	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Alina Famares tel. 794 426 631
93	6.06.2017	17.00	Orlik przy SP nr 29 ul. Wajdeloty 1	Badminton – technika gry i praktyka	Gra w badmintona	Animator Orlika Włodzimierz Welman tel. 81 525 21 23
94	6.06.2017	18.00	Teatr Stary ul. Jezuicka 18	Spotkanie "Bitwa o literaturę. Między innymi"	Spotkanie z Brygidą Helbig i Agnieszką Kowaluk	Wstęp bezpłatny
95	6.06.2017	18.00	Klub Seniora „Róży Wiatrów” ul. Róży Wiatrów 9	Wzmacniające ćwiczenia grupowe z rehabilitantem	Ćwiczenia rehabilitacyjne z wykorzystaniem m.in hantelek i taśmy Thera Band	Seniorzy uczestniczący w zajęciach otrzymają słodkie upominki oraz piłeczki rehabilitacyjne z kołcami do masażu
96	6.06.2017	19.00-20.00	Orlik przy SP nr 6 ul. Czwartaków 11	Walking basketbaal - koszykówka "chodzona"	Propozycja dla osób starszych, które chcą być aktywne	Animator Orlika Janusz Olech tel. 506 607 375

97	6-8.06.2017	9.30 11.30	Teatr im. H. Ch. Andersena plac Teatralny 1	Spektakl "Koziołek kręciołek"	Przedstawienie teatralne dla Seniorów z wnukami	Bilety w cenie 2 zł dla seniora i 17 zł dla dzieci Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 502 663 873
98	6-8.06.2017	12.00-14.00	Studio Pearls of Beauty ul. Chodźki 25 lokal U4	Konsultacje i usługi fryzjersko-kosmetyczne	Bezpłatne konsultacje w zakresie usług fryzjersko-kosmetycznych. 40 % rabatu na wszystkie usługi w godz. od 12.00 do 14.00	Anna Łączewska tel. 783 403 003
99	7.06.2017	06.00	ul. Leszczyńskiego 23	Wycieczka do Czorsztyna	Wyjazd do Czorsztyna i zwiedzanie	Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddział Okręgowy tel. 81 532 67 83
100	7.06.2017	8.00–18.00 10.00–12.00 12.00–13.00	ul. Chodźki 3 lok. 8	Bezpłatne badania progu słyszenia oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu Przesiewowe badania zawrotów głowy „Seniorze! Trenuj swój umysł!” - trening pamięci	Bezpłatne badania	Lubelskie Centrum Słuchu i Mowy Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 443 04 44
101	7.06.2017	8.30–10.00	WTZ Misericordia ul. Głuska 138	Warsztat pt. „Gimnastyka umysłu - jak trenować umysł?”	Warsztat dot. gimnastyki umysłu	Misericordia Warsztat Terapii Zajęciowej Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 759 92 99 lub warsztat.misericordia@gmail.com
102	7.06.2017	9.00-11.00	NZOZ SANUS ul. Magnoliowa 2	Badania profilaktyczne - pomiar cukru i ciśnienia krwi	Bezpłatne badania	Zainteresowane osoby proszone są o zgłaszanie się do rejestracji
103	7.06.2017	9.00-16.00	Al. Kraśnicka 100 ul. Topolowa 7 ul. Langiewiczza 6a	Bezpłatne badania progu słyszenia oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze	Testowanie aparatów słuchowych	ACS Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 814 714 004

			ul. Nowy Świat 38B ul. Leonarda 3B ul. Orla 5 ul. Chodźki 3 lok.8	specjalistami diagnostyki słuchu		
104	7.06.2017	9.30	Centrum Usług Socjalnych ul. Lwowska 28	"Ach Lubelskie, jakie cudne" Mini Recital Aleksandry Artyszuk	Konkurs recytatorski	Ewa Danek tel. 81 466 55 60 (wew. 18)
105	7.06.2017	10.00 14.00	Dom Pomocy Społecznej "Betania" Al. Kraśnicka 223	II Turniej Bingo Seniorów Spotkanie integracyjne uczestników turnieju	II edycja Turnieju Bingo Wspólne biesiadowanie przy grillu	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Dorota Zając tel. 81 466 55 85 883 606 979
106	7.06.2017	10.00-11.30	Szkoła "LIDER" ul. Radziwiłłowska 5	Internet bez tajemnic	Warsztaty komputerowe dla seniora	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 53 28 231
107	7.06.2017	10.00-12.00	Filia nr 24 MBP ul. Juranda 7	Senior z komputerem	Zajęcia komputerowe dla seniorów	tel. 81 525 65 03 filia24@mbp.lublin.pl
108	7.06.2017	10.30	Prawosławny Dom Pomocy Społecznej ul. Dolińskiego 1	„Kobiety w poezji”	Czytanie fragmentów poezji: Wisławy Szymborskiej, Julii Hartwig, Haliny Poświatowskiej i Agaty Budzyńskiej	Lucyna Wiszniewska tel. 81 444 41 60 Filia nr 26 MBP tel. 81 525 64 39
109	7.06.2017	11.00	Filia nr 38 MBP ul. Relaksowa 25	„Quo vadis Judymie?”	Prelekcja o Tomaszu Judymie i rozmowa o współczesnych lekarzach na wybranych przykładach z literatury medycznej	tel. 81 511 01 12 filia38@mbp.lublin.pl
110	7.06.2017	11.00-12.30	Filia nr 29 MBP Kiepurzy 5a	Ozdoby z filcu	Warsztaty rękodzielnicze	tel. 81 741 92 94 filia29@mbp.lublin.pl
111	7.06.2017	11.30-13.00	Szkoła "LIDER" ul. Radziwiłłowska 5	Internet bez tajemnic	Warsztaty komputerowe dla seniora	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 53 28 231
112	7.06.2017	11.30-13.30	Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku	„Kreatywni SuperSeniorzy”	Warsztaty Mapa Pamięci dla Super Seniorów LUTW	Fundacja SADownia, Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku Adam Miszczak

			ul. Czwartaków 15			tel. 887 394 829 adammisszczak48@gmail.com
113	7.06.2017	12.00	Kino „Bajka” ul. Radziszewskiego 8	Klub Filmowy Seniora	Pokaz filmu "Dalida. Skazana na miłość" Przed seansem wiosenny poczęstunek	Waldemar Niedźwiedź tel. 602 436 094 Specjalna cena biletu: 10 zł
114	7.06.2017	12.00-18.00	NZOZ Curate-filia ul. Bazylianówka 58	Porady dietetyka, pomiar frakcji Lipidowej, pomiar ciśnienia tętniczego, pomiar cukru we krwi	Bezpłatne badania	Marta Kasprzyk tel. 797 709 909 Informacje dla Pacjentów tel. 81 460 29 06
115	7.06.2017	12.30	Ośrodek „Brama Grodzka–Teatr NN” ul. Grodzka 21	Wystawa „Lublin. Pamięć miejsca”	Wystawa poświęcona życiu i zagładzie społeczności żydowskiej w Lublinie	Cena biletu: 5 zł Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 532 58 67
116	7.06.2017	12.30-14.30	Klub Aktywnego Seniora TWWP "Za Parkiem" ul. Bronowicka 3	Gawęda historyczna	Sławni Polacy związani z Lubelszczyzną	Klub Aktywnego Seniora „Za Parkiem” TWWP o/Lublin Henryka Sławińska tel. 728 976 327
117	7.06.2017	13.00	Muzeum Lubelskie w Lublinie ul. Zamkowa 9	"Gdy papier staje się pieniądzem. Czyli o dwóch wiekach polskiego pieniądza papierowego 1794–1994 "	Oprowadzanie kuratorskie po ekspozycji czasowej "Polski pieniądz papierowy 1794–1994"	Muzeum Lubelskie Seksja Numizmatyki tel. 81 537 96 55
118	7.06.2017	13.00	Dom Pomocy Społecznej im. Matki Teresy z Kalkuty ul. Głowackiego 26	"Lubelskie Babie Lato Seniorom"	Spotkanie integracyjne Mieszkańców	tel. 81 466 55 80
119	7.06.2017	14.00-18.00	Klasztor oo. Dominikanów, ul. Złota 9, sala Unii	Międzynarodowy Festiwal Renesansu	Warsztaty tańca dawnego dla początkujących	Fundacja Belriguari-okno, oo. Dominikanie Małgorzata Wojcieszuk tel. 505 144 265

						rejestracja drogą elektroniczną: www.belriguardo.pl/festiwal-renesansu/
120	7.06.2017	14.00	Klub Osiedlowy Miniatura ul. Śliwińskiego 1	"Weź głęboki oddech!" - gimnastyka tai chi z Markiem Sykałą	Relaks i wzmacnianie kondycji przez nieforsujące ćwiczenia tai chi	Małgorzata Wielgosz tel. 693 333 932 Wstęp wolny
121	7.06.2017	14.00-15.30	WTZ Misericordia ul. Głuska 138	Nauka tworzenia kartek okolicznościowych przy wykorzystaniu papieru czerpanego	Prezentacja technik tworzenia papieru czerpanego oraz wykorzystania go do wykonywania kartek	Misericordia Warsztat Terapii Zajęciowej Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 759 92 99 lub warsztat.misericordia@gmail.com
122	7.06.2017	15.00	Klub Osiedlowy Miniatura ul. Śliwińskiego 1	"Udekoruj swoje mieszkanie!" - tworzymy kwiaty z Beatą Tomczak	Warsztaty z zakresu tworzenia barwnych, ozdobnych kwiatów	Małgorzata Wielgosz tel. 693 333 932 Wstęp wolny
123	7.06.2017	16.00-17.30	Galeria Labirynt ul. Popiełuszki 5	"Pamiętniki przyszłości" - warsztaty międzypokoleniowe	Warsztaty skierowane do seniorów wraz z wnukami w wieku 6-12 lat. Wykonywanie wyjątkowych kolaży w formie książek ilustrujących indywidualne punkty widzenia seniorów i dzieci	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Agata Sztorc, Emilia Lipa tel. 81 466 59 20 wew. 32 edu@labirynt.com; Fundacja tu obok Organizatorzy proszą o przyniesienie swoich zdjęć z przeszłości
124	7.06.2017	16.00-19.00	Klub Seniora „Owocowa” ul. Owocowa 6	Wzmacniające ćwiczenia grupowe z rehabilitantem	Ćwiczenia rehabilitacyjne z wykorzystaniem m.in. hantelek i taśmy Thera Band	Seniorzy uczestniczący w zajęciach otrzymają słodkie upominki oraz piłeczki rehabilitacyjne z kółkami do masażu
125	7.06.2017	16.00-19.00	Szkoła "LIDER" ul. Radziwiłłowska 5	Zdrowy styl życia - zdrowa cera	Konsultacje i zabiegi z zakresu kosmetyki w szkolnej pracowni: określenie rodzaju skóry, zasady dobrego makijażu	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 53 28 231
126	7.06.2017	16.00-20.00	Orlik przy Gimnazjum nr 1 ul. Kunickiego 116	Turniej piłki nożnej	Gra w piłkę nożną (drużyny 10-osobowe, przynajmniej 5 zawodników 50+)	Animator Orlika Mariusz Żyszkiewicz tel. 697 609 003

127	7.06.2017	16.30-17.30	Orlik przy SP nr 40 ul. Młodzieżowa	Marszobiegi terenowe - pod okiem animatora	Marsz, trucht, biegi w zmiennym tempie z pokonywaniem niewielkich przeszkód	Animator Orlika Ł. Janczykowski tel. 512 092 159
128	7.06.2017	16.30-18.00	Orlik przy SP 52 ul. Wł. Jagiełły 11	Strzelanie z łuku	Nauka strzelania z łuku treningowego do tarczy ze słomy	Artur Grądzielewski tel. 500 146 409
129	7.06.2017	17.00	Miejsce spotkania: ul. Dobrzańska 1 przy Lubelskim Parku Naukowo-Technologicznym	Zajęcia Nordic Walking	Spacer Nordic Walking pod okiem wykwalifikowanego instruktora	Decyduje kolejność zapisu przez platformę bo2017.pl (zakładka Aktywny Lublin) - bezpośrednio przed zajęciami
130	7.06.2017	17.00	Filia nr 2 MBP ul. Peowiaków 12	Wykład Ryszarda Kluszczyńskiego pt. „Od sztuki programowanej do hodowanej - przeobrażenia współczesnej kultury artystycznej”	VIII edycja otwartych wykładów z historii sztuki "Sztuka i technologia"	tel. 81 466 62 47 filia2@mbp.lublin.pl
131	7.06.2017	17.00	Filia nr 34 MBP ul. Judyń 2a	Kabaret "Opowieść o pewnej Jadźce z Koziego Grodu"	Występ kabaretu „Mydło i Powidło” działającego przy Stowarzyszeniu „TERRAZ SENIORAS”	Lilia Potonia tel. 691 092 253
132	7.06.2017	17.00	Orlik przy Gimnazjum nr 7 ul. Krasińskiego 7	Turniej tenisa ziemnego	Rozgrywki w tenisa o najlepszą raketę	Animator Orlika Dariusz Paszkowski tel. 508 216 968 Możliwość wypożyczenia sprzętu sportowego u Animatora
133	7.06.2017	18.00	Dom Słów ul. Żmigród 1/Królewska 17 (wejście od podwórka)	Inny Lublin: Spotkanie autorskie z Izą Klementowską wokół książki „Minuty. Reportaże o starości	Co to znaczy: dobra starość? Refleksje Izy Klementowskiej o tęsknocie za miłością utraconą zbyt wcześnie i o miłości odnalezionej dopiero w jesieni życia	Dom Słów ul. Żmigród 1/Królewska 17 (wejście od podwórka) Monika Czapka tel. 81 534 52 33 monika.czapka@tnn.lublin.pl
134	7.06.2017	18.00	Orlik przy Gimnazjum nr 14	Mini turniej w badmintona	Rywalizacja w grach pojedynczych i podwójnych w badmintona. Forma	Animator Orlika Kamil Skowron

			ul. Pogodna 19		turnieju w zależności od liczby zgłoszonych chętnych	orlik@g14.lublin.eu Zgłoszenia do 5 czerwca
135	7.06.2017	19.00-20.00	Orlik przy SP nr 6 ul. Czwartaków 11	Siatkówka lub rzucanka siatkarska	Propozycja dla aktywnych osób starszych	Animador Orlika Janusz Olech tel. 506 607 375
136	7.06.2017	19.30-21.00	Boisko przy wąwozie - zbieg ulic Lwowskiej i Andersa	Zajęcia z amerykańskich dyscyplin sportowych	Otwarty trening pokazowy: zasady amerykańskich dyscyplin sportowych - baseball i softball	Ravens Lublin Radosław Głowacki tel. 504 267 739 Sprzęt zapewnia organizator
137	8.06.2017	8.00-18.00	NZOZ Curate-filia ul. Bazylianówka 58	Badania wzroku w kierunku zagrożenia jaskrą, pomiar frakcji lipidowej, pomiar ciśnienia tętniczego, pomiar cukru we krwi	Bezpłatne badania	Marta Kasprzyk tel. 797 709 909 Informacje dla Pacjentów tel. 81 460 29 06
138	8.06.2017	8.00–18.00 10.00–12.00	ul. Chodźki 3 lok. 8	Bezpłatne badania prognozy słyszenia oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu Przesiewowe badania zawrotów głowy	Bezpłatne badania	Lubelskie Centrum Słuchu i Mowy Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 443 04 44
139	8.06.2017	9.00-12.00	Pracownie Kultury Maki - filia DDK „Bronowice” ul. Olchowa 8	"Pamiętka z Lublina" cz. 2	Druga część warsztatów zdobienia przedmiotów z wykorzystaniem starych i współczesnych zdjęć	Natalia Wiśniewska tel. 81 444 00 06
140	8.06.2017	9.00-13.00	Szkoła "LIDER" ul. Radziwiłłowska 5	Najnowsze trendy fryzjerskie	Konsultacje i zabiegi w szkolnej pracowni fryzjerskiej: określanie kondycji włosów, dobór fryzury do typu urody	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 53 28 231
141	8.06.2017	9.00-16.00	Al. Kraśnicka 100 ul. Topolowa 7 ul. Langiewicza 6a ul. Nowy Świat 38B	Bezpłatne badania prognozy słyszenia oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu	Testowanie aparatów słuchowych	ACS Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 814 714 004

			ul. Leonarda 3B ul. Orla 5 ul. Chodźki 3 lok. 8			
142	8.06.2017	9.30-10.30	Filia nr 25 MBP ul. Sympatyczna 16	Zajęcia międzypokoleniowe dla okolicznych przedszkoli pt. „Bajarka opowiada Klechdy Sezamowe”	Zajęcia międzypokoleniowe z udziałem „Bajarki” – czytanie przedszkolakom znanych i mniej znanych baśni	Marzena Kubiczek tel. 81 527 21 82 filia25@mbp.lublin.pl
143	8.06.2017	10.00	Muzeum Wsi Lubelskiej Al. Warszawska 96	"Ścieżkami wsi lubelskiej" - wycieczka	Zwiedzanie Muzeum Wsi Lubelskiej	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Dorota Zając tel. 81 466 55 85 883 606 979
144	8.06.2017	10.00	Centrum Kultury Sala Rozdroży A (I piętro) ul. Peowiaków 12	Projekcja filmów nt. Festiwalu Tradycji i Awangardy Muzycznej KODY oraz Festiwalu Sztuki w Przestrzeni Publicznej OTWARTE MIASTO	Prezentacja głównych idei obydwu wydarzeń	Ośrodek „Rozdroża” tel. 466 61 67
145	8.06.2017	10.00	Filia nr 15 MBP ul. Wajdeloty 20	Książki, o których warto rozmawiać	Przegląd nowości wydawniczych	tel. 81 525 12 62 filia15@mbp.lublin.pl
146	8.06.2017	10.00	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	"Babcia bajarka"	Spotkanie międzypokoleniowe „Bajkowe poranki”	tel. 81 311 00 02 filia35@mbp.lublin.pl
147	8.06.2017	10.00	ul. Leszczyńskiego 23	Spotkanie integracyjne seniorów	Dyskusja nt. uprawnień osób starszych i form aktywizacji	Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów, Oddział Okręgowy tel. 81 532 67 83
148	8.06.2017	10.00-11.00	Galeria Labirynt Centrum handlowe Plaza ul. Lipowa 13 (wejście od ul. Ofiar Katynia)	Wystawa "Bez obrazy" - oprowadzanie	Zwiedzanie pierwszej indywidualnej wystawy Małgorzaty Pawlak	Galeria Labirynt Fundacja tu obok Wstęp wolny
149	8.06.2017	10.00-11.30	Dom Kultury LSM	Gry integracyjne	Dni otwarte – prezentacja kroniki	Klub Aktywnego Seniora TWWP oraz

			ul. Wallenroda 4a		i działalności Klubu	DK LSM Anna Gińko-Furmanik tel. 507 960 783
150	8.06.2017	10.00-11.30	Filia nr 19 MBP ul. Kunickiego 89	„Nostalgia kresowa, tym co dom opuścić musieli”	Międzypokoleniowe spotkanie Klubu Czytelniczego Readcom z udziałem uczniów z Gimnazjum nr 1, poświęcone poezji Ireny Ciesielskiej-Piech	tel. 81 745 31 44 filia19@mbp.lublin.pl
151	8.06.2017	10.00-12.00	Dom Pomocy Społecznej im. W. Michalisowej ul. Archidiakońska 7	Letnie śpiewanie z udziałem Zespołu „Senioritki” w ogrodzie	Spotkanie muzyczne, wspólny śpiew, poczęstunek	tel. 81 466 55 55
152	8.06.2017	10.00-12.00	Filia nr 24 MBP ul Juranda 7	Senior z komputerem	Zajęcia komputerowe dla seniorów	tel. 81 525 65 03 filia24@mbp.lublin.pl
153	8.06.2017	10.30	Filia nr 22 MBP ul. Kruczkowskiego 14	Lubelskie inspiracje Józefa Czechowicza	Spotkanie poświęcone życiu i twórczości Józefa Czechowicza	tel. 81 744 48 16 filia22@mbp.lublin.pl
154	8.06.2017	11.00-11.15	Zamek Lubelski w Lublinie, Galeria Malarstwa Polskiego XVII-XIX w. ul. Zamkowa 9	Międzynarodowy Festiwal Renesansu	Oficjalne otwarcie Festiwalu, prezentacja artystów i programu Festiwalu	Fundacja Belriguari-okno, MDK nr 2, Zamek Lubelski w Lublinie Małgorzata Wojcieszuk 505 144 265
155	8.06.2017	11.00	Dom Słów ul. Żmigród 1/ ul. Królewska 17 (wejście od podwórka)	Warsztat papierniczy	Prezentacja technik ręcznego czerpania papieru	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Sylwia Woźniak tel. 81 534 52 33
156	8.06.2017	11.00-12.30	NZOZ SANUS ul. Magnoliowa 4	Warsztaty terapii zajęciowej - arteterapia	Zajęcia prowadzone przez terapeutów NZOZ Sanus	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 74 73 999
157	8.06.2017	11.00-13.00	DDK „Bronowice” ul. Krańcowa 106	„Z Lublinem w tle”	Warsztaty wykonywania ozdób techniką farb witrażowych,	Iwona Niedzielska, Paulina Janowska

					z przewodnim motywem: Lublin - jego historia, legendy, zabytki	
158		11.15-12.00	Zamek Lubelski w Lublinie, Galeria Malarstwa Polskiego XVII-XIX w. ul. Zamkowa 9	Międzynarodowy Festiwal Renesansu	Wykład "Lublin w dobie renesansu" dr Marcina Gapskiego	Fundacja Belriguari-okno, MDK nr 2, Zamek Lubelski w Lublinie Małgorzata Wojcieszuk 505 144 265
159		12.00-12.30	Zamek Lubelski w Lublinie, Galeria Malarstwa Polskiego XVII-XIX w. ul. Zamkowa 9	Międzynarodowy Festiwal Renesansu	Koncert muzyki dawnej	Fundacja Belriguari-okno, MDK nr 2, Zamek Lubelski w Lublinie Małgorzata Wojcieszuk 505 144 265
160	8.06.2017	12.00	Parafia pw. Świętej Rodziny ul. Jana Pawła II 11	Uroczysta Msza Święta w wigilię 30. rocznicy przyjazdu Ojca Świętego Jana Pawła II do Lublina	Msza Święta upamiętniająca rocznicę przyjazdu Ojca Świętego Jana Pawła II do Lublina	Parafia pw. Świętej Rodziny w Lublinie; Charytatywne Stowarzyszenie Niesienia Pomocy Chorym Misericordia/Warsztat Terapii Zajęciowej
161	8.06.2017	12.30-14.30	Dom Kultury LSM ul. Wallenroda 4a	Gimnastyka Tai chi	Prezentacja gimnastyki dla seniora	Klub Aktywnego Seniora TWWP oraz DK LSM Anna Gińko-Furmanik tel. 507 960 783
162	8.06.2017	13.00	Muzeum Lubelskie w Lublinie ul. Zamkowa 9	Kaplica Trójcy Świętej – zwiedzanie z przewodnikiem	Zwiedzanie Kaplicy Trójcy Świętej	Dział Edukacji tel. 81 537 96 15
163	8.06.2017	13.00-14.00	DDK „Bronowice” ul. Krańcowa 106	„Zatańcz z Lublinem”	Warsztaty taneczne	Joanna Misiarz
164	8.06.2017	14.00-18.00	Boisko przy Zespole Szkół nr 6 ul. Rzeckiego 10	Festyn Rodzinny "ENERGIA POKOLEŃ"	Występy dzieci, młodzieży i seniorów, warsztaty, stoiska informacyjne, wspólna zabawa. Pokaz rękodzieła artystycznego	Filia nr 3 MOPR tel. 81 525 08 85
165	8.06.2017	14.30-16.00	Fundacja	"Po drodze z czasem..."	Warsztaty z psychologiem	tel. 605 476 756

			Wzajemnego Wsparcia KLUCZ ul. Rybna 7			
166	8.06.2017	15.00	Dom Pomocy Społecznej im. Św. Jana Pawła II ul. Ametystowa 22	Wiosenne Biesiadowanie z Seniorami	Wspólne muzykowanie mieszkańców DPS i Seniorów z Klubu Aktywnego Seniora na terenie ogrodu przy grillu	DPS im. Św. Jana Pawła II, Fundacja Kultury Chrześcijańskiej ARTOS Wstęp wolny
167	8.06.2017	15.00	Pracownie Kultury Tatarskiej - filia DDK „Bronowice” ul. Hutnicza 28 A	Korale dla Lublinianki	Warsztaty tworzenia biżuterii z kamieni i szkła oraz tkanin	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 746 61 94 Uczestnictwo bezpłatne
168	8.06.2017	15.00	Filia nr 2 MBP ul. Peowiaków 12	Kurs szybkiego czytania	Sprawdzian szybkości czytania, poznanie technik poszerzających pole widzenia oraz udoskonalenie pojemności uwagi i umiejętności selekcji czytanego materiału	tel. 81 466 62 47 filia2@mbp.lublin.pl
169	8.06.2017	16.00	Filia nr 16 MBP ul. Kasztanowa 1	„By czas nie zatarł i niepamięć”	Projekcja filmu Adama Kulika - pokaz przeznaczony dla czytelników biblioteki	tel. 81 444 77 55 filia16@mbp.lublin.pl
170	8.06.2017	16.00-20.00	Klasztor oo. Dominikanów, ul. Złota 9 krużganki	Międzynarodowy Festiwal Renesansu	„Renesansowe T-shirty” - warsztaty artystyczne dla dorosłych – zdobienie koszulek motywami lubelskiego renesansu (własne koszulki)	Fundacja Belriguari-okno, MDK nr 2 Zamek Lubelski w Lublinie Fundacja Szpilka Małgorzata Wojcieszuk tel. 505 144 265 rejestracja drogą elektroniczną: www.belriguardo.pl/festiwal-renesansu/
171	8.06.2017	16.00-17.00	Orlik przy SP nr 29 ul. Wajdeloty 1	Tenis stołowy	Gra w tenisa stołowego	Animator Orlika Artur Aleksandrowicz tel. 81 525 21 23
172	8.06.2017	16.00-17.00	Orlik przy SP nr 40 ul. Młodzieżowa	Nordic walking	Spacer trasą ścieżki rowerowej przy ul. Zemborzyckiej, w stałym tempie,	Animator Orlika T. Piasecki

		Zbiórka 15:50			z wykorzystaniem kijków - pod okiem animatora	tel. 602 609 250 Dystans ok. 7 km, wygodne obuwie!
173	8.06.2017	16.00-20.00	Orlik przy ZSO nr 1 ul. Radzyńska 5	Konkurencje siatkarskie	Zagrywka, odbicia górne i dolne, siatkówka rzucona	Animator Orlika Krzysztof Wąsowski tel. 698 364 767
174	08.06.2017	16.30-18.00	Orlik przy SP 52 ul. Wł. Jagiełły 11	Turniej strzelania z łuku	Wykorzystanie zdobytych umiejętności z dn. 7 czerwca podczas turnieju	Artur Grądzielewski tel. 500 146 409
175	8.06.2017	17.00	Filia nr 32 MBP ul. Szaserów 13-15	Pokaz filmowy	Pokaz otwarty	Grzegorz Woźniak tel. 609 551 039 filia32@mbp.lublin.pl
176	8.06.2017	17.00-20.00	Przychodnia "Plus- Medic" ul. Matki Teresy z Kalkuty 18	Bezpłatne konsultacje fizjoterapeutyczne, gimnastyka dla seniorów	Konsultacje i ćwiczenia usprawniające	Wymagana wcześniejsza rezerwacja tel. 81 563 53 30 tel. 737 474 311 info@plusmedic.pl
177	8.06.2017	17.30-18.30	Klub Lady Fitness ul. Pana Balcera 6a	Zdrowy kręgosłup	grupowe zajęcia gimnastyczne wzmacniające kręgosłup dla pań	Małgorzata Wójtowicz tel. 608 278 273 tel. 81 442 41 44
178	8.06.2017	18.00	Kawiarnia "Między Słowami" ul. Rybna 4	"MYDŁO I POWIDŁO WOKALNIE"	Występ kabaretu „Mydło i Powidło” działającego przy Stowarzyszeniu „TERRAZ SENIORAS”	Lilia Potonia tel. 691 092 253
179	8.06.2017	18.00	Dom Słów ul. Żmigród 1/ Królewska 17 (wejście od podwórka)	Inny Lublin: Miejsce	Spotkanie z udziałem dr. nauk med. Artura Kochońskiego; otwarcie wystawy fotografii stworzonych przez dzieci i młodzież - pacjentów Szpitala Neuropsychiatrycznego w Lublinie. Promocja publikacji "Miejsce"	Katarzyna Celewicz katarzyna.celewicz@tnn.lublin.pl tel. 81 534 52 33
180	8.06.2017	18.00-21.00	Orlik przy SP nr 42 ul. Rycerska 9	Sporty całego życia	Warsztaty dot. aktywności sportowych: speed-ball, bule,	Animator Orlika Kamil Biegaj

					frisbee	tel. 505 167 889
181	8.06.2017	19.30-21.00	Wąwóz LSM (start pod biegową tablicą – wejście do parku od ul. Nadbystrzyckiej)	„Senior w ruchu” – otwarty trening biegowy dla mieszkańców Lublina	Specjalny trening biegowy pod okiem Piotra Kitlińskiego, dostosowany do możliwości osób po 60. roku życia	Piotr Kitliński tel. 533 335 609 Dla wszystkich uczestników zajęć upominki
182	8.06.2017	20.00	Teatr Stary ul. Jezuicka 18	Spektakl "Boogie Street"	Przedstawienie teatralne	Bilety ulgowe w cenie od 15 do 50 zł
183	8.06.2017	20.00	Silownia HARYZMA ul. Willowa 65	W zdrowym ciele zdrowy duch	Bezpłatne zajęcia rekreacyjno- ruchowe dedykowane osobom starszym (pilates)	Grzegorz Pietrzak tel. 512 316 239 Zajęcia bezpłatne dla posiadaczy Lubelskiej Karty Seniora
184	9.06.2017	8.00–18.00 12.00–13.00	ul. Chodźki 3 lok. 8	Bezpłatne badania prognozy słyszności oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu „Seniorze! Trenuj swój umysł!” - trening pamięci	Bezpłatne badania	Lubelskie Centrum Słuchu i Mowy Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 443 04 44
185	9.06.2017	9.00-10.30	DDK „Węglin” ul. Judyma 2A	Próba zespołu chóralnego „BELLO CANTO”	Zaproszenie skierowane do utalentowanych seniorów z pasją do śpiewania, którzy chcą aktywnie spędzać czas	DDK „Węglin” info@ddkweglin.pl
186	9.06.2017	9.00-11.00	NZOZ SANUS ul. Magnoliowa 2	Badania profilaktyczne – pomiar cukru i ciśnienia krwi.	Bezpłatne badania	Zainteresowane osoby prosimy o zgłaszanie się do rejestracji
187	9.06.2017	9.00-16.00	Al. Kraśnicka 100 ul. Topolowa 7 ul. Langiewicza 6a ul. Nowy Świat 38B ul. Leonarda 3B ul. Orla 5 ul. Chodźki 3 lok.8	Bezpłatne badania prognozy słyszności oraz zrozumienia mowy. Bezpłatne konsultacje ze specjalistami diagnostyki słuchu	Testowanie aparatów słuchowegych	ACS Słuchmed Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 814 714 004

188	9.06.2017	10.00	Dom Słów ul. Żmigród 1/Królewska 17 (wejście od podwórka)	Zwiedzanie Izby Drukarstwa	Zwiedzanie Izby Drukarstwa oraz wystawy poświęconej Józefowi Łobodowskiemu - patronowi tego miejsca a także wystawy "Siła Wolnego Słowa"	Wymagana wcześniejsza rezerwacja: Monika Czapka tel. 81 534 52 33 monika.czapka@tnn.lublin.pl
189	9.06.2017	10.00-11.00	Dom Pomocy Społecznej im. W. Michelisowej ul. Archidiakońska 7	„Kawiarenka u Babuni” - drzwi otwarte DPS im. W. Michelisowej	Letnia kawiarenka przed wejściem domu, zwiedzanie domu, materiały informacyjne o DPS	tel. 81 466 55 55
190	9.06.2017	10.00-12.00	Filia nr 24 MBP ul. Juranda 7	Senior z komputerem	Zajęcia komputerowe dla seniorów	tel. 81 525 65 03 filia24@mbp.lublin.pl
191	9.06.2017	10.00-14.00	Filia nr 38 MBP ul. Relaksowa 25	Zajęcia komputerowe i biblioteczne pogotowie komputerowe	Godz. 10.00-12.00 - zajęcia komputerowe Godz. 12.00-14.00 - indywidualne konsultacje komputerowe	tel. 81 511 01 12 filia38@mbp.lublin.pl
192	9.06.2017	10.00-18.00	Siłownia CUBE Squash & Fitness ul. Mackiewiczza 7	Indywidualne konsultacje z dietetykiem	Promocja zdrowego trybu życia, pomiary i konsultacje dietetyczne	Fundacja Valere Vita Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 513 434 437
193	9.06.2017	10.00-18.00	Filia nr 13 MBP ul. Grażyny 13	Gry planszowe	Rozgrywki międzypokoleniowe	tel. 81 525 08 85 filia13@mbp.lublin.pl
194	9.06.2017	10.30	Filia nr 17 MBP ul. Przyjaźni 11a	„Hiszpańskie rytmy” - występ grupy tanecznej „Latino Dance”	Występ grupy tanecznej z Przedszkola nr 42	tel. 81 746 28 11 filia17@mbp.lublin.pl
195	9.06.2017	11.00	Filia 36 MBP ul. Zygmunta Augusta 15	Piotr Stachiewicz (1858-1938) - ilustrator i malarz	Prelekcja dr Rafała Nawrockiego, kustosza Biblioteki Uniwersyteckiej KUL	tel. 81 311 00 16 filia36@mbp.lublin.pl
196	9.06.2017	11.00	Lubelski Oddział Okręgowy PCK ul. Puchacza 6 (Świetlica dla Seniorów)	Prelekcja „Tadeusz Kościuszko - bohater dwóch kontynentów”	Wykład edukacyjny nt. T. Kościuszki	tel. 81 744 17 18 filia9@mbp.lublin.pl Lubelski Oddział Okręgowy PCK tel. 81 532 08 27

197	9.06.2017	11.00	Filia nr 11 MBP ul. Lwowska 6	"Zwykli ludzie i ich niezwykle pasje"	Spotkanie w bibliotece dla uczestników Zespołu Ośrodków Wsparcia	Ewa Danek tel. 81 466 55 60 (wew. 18)
198	9.06.2017	godziny wejść: 11.00 11.45 12.30	AQUA Lublin Al. Zygmunta 4	Zajęcia aqua aerobic	Dodatkowo możliwość zbadania poziomu cukru i ciśnienia	Decyduje kolejność zapisu przez platformę bo2017.pl (zakładka Aktywny Lublin)
199	9.06.2017	12.30-14.00	Fundacja Wzajemnego Wsparcia KLUCZ plac Rybny	Mgławica poezji lubelskich poetów na placu Rybnym	Wspólne czytanie poezji lubelskich poetów – skorzystanie z własnych lub przygotowanych tekstów	tel. 605 476 756
200	9.06.2017	13.00-17.00	Teren Gimnazjum nr 15 ul. Elektryczna 51	Festyn Międzypokoleniowy "MAMA, TATA I JA"	Festyn międzypokoleniowy. Występy, gry, zabawy, poczęstunek	Sekcja 7 i 12 MOPR, Gimnazjum nr 15, SP nr 32, Przedszkole "Akademia Przedszkolaka", Przedszkole nr 32, Wielopokoleniowy Klub Wolontariusza TWWP
201	9.06.2017	14.00	Dom Pomocy Społecznej "Betania" Al. Kraśnicka 223	"Spotkanie z poezją"	Czytanie poezji i omówienie przeczytanych wierszy	Dorota Zając tel. 81 466 55 85 883 606 979
202	9.06.2017	14.00	Ośrodek „Brama Grodzka–Teatr NN” ul. Grodzka 21	Wystawa „Lublin. Pamięć miejsca”	Wystawa poświęcona życiu i zagładzie społeczności żydowskiej w Lublinie	Cena biletu: 5 zł Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 532 58 67
203	9.06.2017	14.00-15.30	Dzielnicowy Dom Kultury "Czuby Południowe" ul. Wyżynna 16	Kreatywni w fotografii: warsztaty "Jak fotografować komórką?"	Zasady i triki dot. robienia zdjęć z telefonu	Fundacja "5Medium" Wymagana wcześniejsza rezerwacja: (do 5 czerwca) Monika Czapka tel. 605 070 042 monika.czapka@5medium.org
204	9.06.2017	15.00-17.00	AudioNOVA	„Spotkajmy się przy kawie”	Bezpłatne porady protetyków	Dorota Grabowska

			ul. Bernardyńska 10		słuchu, wykład na temat profilaktyki słuchu, prezentacja i testowanie rozwiązań umożliwiających lepsze słyszenie, pyszna kawa i słodkości	Renata Rebuś Wymagana wcześniejsza rezerwacja: tel. 81 532 55 70
205	9.06.2017 Zbiórka 15.50	15.30-16.30	Siłownia plenerowa ul. Młodzieżowa (obok Orlika)	Ćwiczenia gimnastyczno - siłowe	Ćwiczenia siłowe dostosowane do indywidualnych możliwości, przy zachowaniu stabilnej pozycji - pod okiem animatora	Animator Orlika Piotr Kawecki tel. 513 070 848
206	9.06.2017	16.00-17.00	Orlik przy SP nr 29 ul. Wajdeloty 1	Gra w bule	Rozgrywki sportowe	Animator Orlika Jacek Markowicz tel. 81 525 21 23
207	9.06.2017	17.00	Filia nr 37 MBP ul. Bazylianówka 85	Wernisaż wystawy Doroty Opolskiej-Maksym „Powroty w gołębskie opłotki”	Ilustracje Doroty Opolskiej-Maksym zamieszczone w książce Agnieszki Maj "Powroty w gołębskie opłotki", wykonane techniką pasteli suchej	tel. 81 742 12 87 filia37@mbp.lublin.pl
208	9.06.2017	17.00-18.00	Filia nr 21 MBP Rynek 11	„Najlepiej coś smakuje, gdy jest z podtekstem”	Wieczór poezji Eweliny Kosik	tel: 81 532 05 45 filia21@mbp.lublin.pl
209	9.06.2017	17.00 20.00	Teatr Stary ul. Jezuicka 18	Spektakl "Boogie Street"	Przedstawienie teatralne	Bilety ulgowe w cenie od 15 do 50 zł
210	9.06.2017	19.00	Filia nr 32 MBP ul. Szaserów 13-15	Potańcówka dla seniorów	Wieczorek taneczny	tel. 609 551 039 filia32@mbp.lublin.pl Wstęp wolny
211	9.06.2017	19.30-21.00	Klub Lady Fitness ul. Pana Balcera 6a	Yoga	Grupowe zajęcia relaksacyjno-rozciągające dla pań	Małgorzata Wójtowicz tel. 608 278 273 tel. 81 442 41 44

Urząd Miasta Lublin
Biuro - Lubelskie Centrum Aktywności Obywatelskiej
ul. Stanisława Leszczyńskiego 23 (wejście od ul. Przy stawie)
nr tel.: 81 466 20 61
e-mail: lcao@lublin.eu
www.seniorzy.lublin.eu