



# **XII** LUBELSKIE **DNI** **SENIORA**

**3 - 7**  
CZERWCA  
**2024**

**Harmonogram wydarzeń**

**Lodziarnia BOSKO - Lody Produkcji Własnej**  
w dniach od 3 do 7 czerwca, podczas **Lubelskich Dni Seniora**,  
zaprasza na pyszne lody.

Dla posiadaczy **Lubelskiej Karty Seniora**

**50%**

**ZNIŻKI NA LODY (do 4 porcji)**  
**I BOXY LODOWE**



w punkcie przy **Krakowskim Przedmieściu 4.**

**BOSKO**  
LODY PRODUKCJI WŁASNEJ

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

## XII LUBELSKIE DNI SENIORA

### **3 czerwca (poniedziałek), godz. 8.30 – 13.00**

Dzień Zdrowia Seniora – „Herbatka u Władka”, Hotel Arche, Lublin, ul. Zamojska 30\*

### **3 czerwca (poniedziałek), godz. 18.00**

Inauguracja Lubelskich Dni Seniora - ceremonia przekazania Seniorom klucza do bram miasta oraz koncert pt. „Sentymentalna podróż do przeszłości” Niny Kodorskiej z zespołem, Filharmonia im. H. Wieniawskiego w Lublinie, ul. M. Curie-Skłodowskiej 5\*

### **5 czerwca (środa), godz. 17.00 – 20.00**

„W rytmie światowych hitów” - potańcówka z DJ-em, Lubelski Dom Technika NOT, ul. M. Curie-Skłodowskiej 3\*

### **7 czerwca (piątek), godz. 14.00 – 15.00**

Spotkanie ze Sztuką, Urząd Miasta Lublin, ul. Spokojna 2\*

### **7 czerwca (piątek), godz. 17.00 – 20.00**

Ceremonia zakończenia Lubelskich Dni Seniora

„Znane i lubiane polskie przeboje” - potańcówka z DJ-em, Lubelski Dom Technika NOT, ul. M. Curie-Skłodowskiej 3\*

\* Wydarzenia organizowane przez Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych Urzędu Miasta Lublin. Liczba miejsc ograniczona. Obowiązuje rejestracja telefoniczna. Bezpłatne bilety wstępu dostępne w siedzibie Wydziału przy ul. Leszczyńskiego 23, pok. 107, nr tel. 81 466 30 50.

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

LP.	DATA	GODZINA	MIEJSCE	OPIS WYDARZENIA	ORGANIZATOR/uwagi
1.	3-7.06	Pn. 8.00-15.00 Wt. 10.30-18.00 Śr. 10.30-18.00 Czw. 8.00-15.00 Pt. 8.00-15.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	porady i badania ginekologiczne realizowane w ramach NFZ - program profilaktyczny raka szyjki macicy	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli rejestracja telefoniczna 81 454 15 72 bezpłatne, bez skierowania
2.	3-7.06	8.00-17.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	badanie mammograficzne w ramach badań profilaktycznych w kierunku wykrywania raka piersi (dla kobiet w wieku od 45 do 74 roku życia)	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli rejestracja telefoniczna 81 454 15 72 bezpłatne, bez skierowania
3.	3-7.06	8.00-15.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	kolonoskopia w ramach badań profilaktycznych w kierunku wykrywania raka jelita grubego (do badania kwalifikują się osoby od 50 do 65 roku życia)	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli rejestracja telefoniczna 81 454 15 70 bezpłatne, bez skierowania
4.	3-7.06	8.00-15.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	tomografia niskodawkowa klatki piersiowej w ramach badań profilaktycznych w kierunku wykrywania raka płuc (do badania kwalifikują się osoby od 50 do 74 roku życia, które aktualnie palą papierosy lub rzuciły palenie do 15 lat wstecz)	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli rejestracja telefoniczna 502 206 778 bezpłatne, bez skierowania

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

5.	3-7.06	8.00-15.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	pomiar ciśnienia tętniczego, pomiar cukru we krwi, zapisy na badania w ramach programów profilaktycznych	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli bezpłatne, bez skierowania rejestracja niewymagana
6.	3-7.06	8.00-16.00	ACS Audika Al. Raclawickie 22	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
7.	3-7.06	8.00-16.00	ACS Audika ul. Orla 5	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
8.	3-7.06	8.00-16.00	ACS Audika ul. Leonarda 3	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
9.	3-7.06	8.00-12.00	ACS Audika ul. Róży Wiatrów 1	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
10.	3-7.06	8.00-17.00	ACS Audika ul. Chodźki 3 lok. 8	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
11.	3-7.06	8.00-17.00	ACS Audika Droga Męczenników Majdanka 26	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
12.	3-7.06	8.00-16.00	ACS Audika al. Kraśnicka 10	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004
13.	3-7.06	8.00-17.00	ACS Audika ul. T. Zana 41	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu	rejestracja telefoniczna 814 714 004

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

14.	3-7.06	8.00–19.00	Centrum Medyczne Audika ul. W. Chodźki 3 lok. 8	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu bezpłatne przesiewowe badanie zawrotów głowy bezpłatne zajęcia z rehabilitacji zawrotów głowy	rejestracja telefoniczna 81 443 04 44
15.	3-7.06	8.00–19.00	Centrum Medyczne Audika ul. T. Zana 41	bezpłatne przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu bezpłatne zajęcia - trening pamięci	rejestracja telefoniczna 81 465 25 55
16.	3-7.06	9.00	Centrum Historii Sportu (Arena Lublin) ul. Stadionowa 1	Zwiedzanie Centrum Historii Sportu z przewodnikiem	MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie udział bezpłatny po okazaniu Lubelskiej Karty Seniora. Zapisy: <a href="mailto:zwiedzanie@mosir.lublin.pl">zwiedzanie@mosir.lublin.pl</a> lub tel. 81 466 51 80
17.	3-6.06	Pn. 7.00 -10.30 Wt. 7.00 -10.30 Śr. 7.00 -10.30 Czw. 7.00 -10.30	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	Program profilaktyczny 40 plus: - pomoc w wypełnieniu ankiety uprawniającej do wydania skierowania - wykonanie badań diagnostycznych	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli rejestracja telefoniczna tel. 81 454 15 77 bezpłatne, niezbędne skierowanie
18.	3-4.06	9.00-12.00	sala wykładowa 1 WSzKzP, budynek główny, piętro 1 Al. Raclawickie 23	bezpłatne badania: spirometria, poziom cukru, RR, konsultacje lekarza diabetologa	1 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ w Lublinie
19.	3-21.06	Pn.-Pt. 9.00-19.00 Sob. 9.00-14.00	BIBLIO filia MBP ul. Szaserów 13-15	"Cienka Struna. Obrazy Iryny Syzonenko i dzieci z Lublina" - wystawa prac dr Iryny Syzonenko oraz dzieci w wieku 5-6 lat. Ekspozycja okazuje relację pomiędzy pracami nauczyciela-malarza i jego podopiecznych	BIBLIO filia Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie wstęp wolny
20.	3.06	8.00	Centrum Sportowo-Rekreacyjne Łabędzia ul. Łabędzia 4	AQUA Fitness dla Seniorów	MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie wstęp bezpłatny po okazaniu Lubelskiej Karty Seniora

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

21.	3.06	8.15-13.00	Hotel Arche ul. Zamojska 30	<p><b>Dzień Zdrowia Seniora – „Herbatka u Władka”</b>  <b>Część I</b> (godz. 8.15 – 10.15) <b>WYKŁADY</b>  godz. 8.15 – powitanie, Anna Augustyniak, Zastępca Prezydenta Miasta Lublin ds. Społecznych  <b>godz. 8.30</b> – „Ślepotą w cukrzycy – co cukrzyca psuje w oku?” dr n. med. Małgorzata Latańska  <b>godz. 9.00</b> – „Jak dbać o słuch? Profilaktyka i ochrona słuchu” Małgorzata Lemańska, Dyrektor Regionu Audika Group  <b>godz. 9.30</b> – „Wpływ stylu życia na rozwój chorób układu sercowo – naczyniowego” dr Grzegorz Borowski, Klinika Chirurgii Naczyniowej i Angiologii, Uniwersytecki Szpital Kliniczny Nr 1 w Lublinie  <b>godz. 9.50</b> – „Interakcje leków z żywnością” dr hab. n. med. i n. o zdrowiu Mariola Herbet, Katedra i Zakład Toksykologii, Uniwersytet Medyczny w Lublinie  <b>godz. 10.15 – 10.45</b> przerwa na kawę  <b>Część II</b> (godz. 10.45 – 13.00) <b>KONSULTACJE, PORADY, BADANIA</b>  - Uniwersytet Medyczny w Lublinie, Katedra i Zakład Toksykologii  - ACS Audika Sp. z o.o.  - Med-Laser Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej  - NFZ, Lubelski Oddział Wojewódzki w Lublinie  - Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Oddział w Lublinie  - DOZ S.A.  - Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej SANUS  - Lubelska Izba Lekarska, Klub Seniora</p>	<p><b>Urząd Miasta Lublin</b>  <b>Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b>  liczba miejsc ograniczona  rejestracja telefoniczna  81 466 20 64</p>
22.	3.06	9.00-10.30	Muzeum Wsi Lubelskiej	zwiedzanie z przewodnikiem	rejestracja telefoniczna 81 533 85 13, wew. 20
23.	3.06	9.00-20.00	Ogród Botaniczny UMCS (wejście od ulicy Willowej) ul. Willowa 58-60	zwiedzanie Ogrodu Botanicznego	wstęp bezpłatny dla wszystkich Seniorów (wejścia indywidualne oraz grupy zorganizowane)

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

24.	3.06	10.00-11.00	Muzeum Narodowe w Lublinie ul. Zamkowa 9	„Stroje ludowe Lubelszczyzny” – wykład prof. dr hab. Marioli Tymochowicz (omówienie i prezentacja strojów ludowych z terenu województwa lubelskiego)	wydarzenie dla osób indywidualnych oraz grup do 25 osób. Obowiązkowa rejestracja - rejestracja@mnwl.pl lub tel. 693 677 473, 693 677 602 koszt 1 zł/os.
25.	3.06	10.00-11.00	Ogród DPS im. Matki Teresy z Kalkuty ul. Głowackiego 26	występ Klubu Seniora przy akompaniamencie pianina oraz skrzypiec	Dom Pomocy Społecznej im. Matki Teresy z Kalkuty tel. 81 466 55 80
26.	3.06	10.30-12.30	Kawiarenka DPS „Betania” al. Kraśnicka 223	Senioriada - olimpiada „Trening dla umysłu” (gry, anagramy, rozsypanki literowe, wyrazowe, kalambury, szarady)	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew 42
27.	3.06	12.00-13.00	Muzeum Narodowe w Lublinie ul. Zamkowa 9	„Kreacja przeszłości Polski - historia i legenda (Unia Lubelska Jana Matejki)” – wykład Jolanty Polańskiej	Wydarzenie dla osób indywidualnych oraz grup do 25 osób. Obowiązkowa rejestracja - rejestracja@mnwl.pl lub tel. 693 677 473, 693 677 602 koszt 1 zł/os.
28.	3.06	13.00-14.30	Muzeum Wsi Lubelskiej al. Warszawska 96	zwiedzanie skansenu z przewodnikiem	rejestracja telefoniczna 81 533 85 13, wew. 20
29.	3.06	13.15	Kino „Bajka” ul. Radziszewskiego 8	seans filmowy „Wolni. Powrót do wnętrza” - sielskie obrazy przyrody, codziennej pracy, szukania sensu oraz prawdziwej radości i wolności	Kino „Bajka” bilety: 15 zł
30.	3.06	16.00	DPS im. W. Michelisowej ul. Archidiakońska 7	koncert Dziecięcego Zespołu Wokalno-Instrumentalnego pod kierunkiem Katarzyny Mądrej i Izabeli Urban	MDK „Pod Akacją”
31.	<b>3.06</b>	<b>18.00</b>	<b>Filharmonia im. H Wieniawskiego w Lublinie</b> ul. Marii Curie-Skłodowskiej 5	<b>Inauguracja Lubelskich Dni Seniora</b> <b>Koncert pt. „Sentymentalna podróż do przeszłości”</b> <b>Niny Kodorskiej z zespołem</b>	<b>Urząd Miasta Lublin</b> <b>Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b> ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 30 50



# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

32.	ustalany indywidualnie po uprzednim zapisie w rejestracji	-	NZOZ Sanus Sp. z o.o. ul. Magnoliowa 2 Oddział Psychogeriatrici	indywidualne konsultacje z psychologiem i psychoterapeutą dla seniorów	rejestracja telefoniczna 81 747 19 99, wew. 2
33.	4-7.06	9.00-18.00	Muzeum Narodowe w Lublinie ul. Zamkowa 9	indywidualne zwiedzanie ekspozycji stałych, Kaplicy Trójcy Świętej oraz wystawy „Tamara Łempicka – ponad granicami”	brak konieczności rezerwacji koszt 5 zł/os.
34.	4-7.06	10.00-17.00	Muzeum Historii Miasta Lublina pl. Łokietka 3	indywidualne zwiedzanie Muzeum Historii Miasta Lublina w Bramie Krakowskiej	brak konieczności rezerwacji koszt 1 zł/os.
35.	4-7.06	12.30-14.00	Muzeum Martyrologii „Pod Zegarem” ul. Uniwersytecka 1	zwiedzanie z przewodnikiem wystawy „Kody Pamięci” więźniów Zamku Lubelskiego wraz z pokazem filmów dotyczących więzienia na Zamku, aresztu gestapo „Pod Zegarem” oraz operacji medycznych przeprowadzanych na Polkach, więźniarkach obozu KL Ravensbruck	wydarzenie dla osób indywidualnych oraz grup do 25 osób. Obowiązkowa rejestracja - tel. 81 533 36 78 lub zegar@mnwl.pl koszt 1 zł/os.
36.	4.06	8.30-9.30	Sala Baletowa DK LSM ul. Wallenroda 4A	Dni Otwarte - zajęcia tai chi, Klub Aktywnego Seniora	Lubelskie Centrum Aktywizacji Seniorów (Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej)
37.	4.06	8.00-11.00	Specjalistyką Czechów al. Kompozytorów Polskich 8	konsultacje z fizjoterapeutą - mgr Natalia Sitarz, budynek B, gabinet B-103	rejestracja telefoniczna 81 718 72 07
38.	4.06	9.00	Hala Sportowo-Widowiskowa UML ul. Chodźki 15	„Sprawność to moja sprawa” - zajęcia usprawniające dedykowane Seniorom. Prowadzenie: mgr Agata Tęcza - Hodun, instruktor Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Medycznego w Lublinie	Uniwersytet Medyczny w Lublinie miejsce spotkania - portiernia przy głównym wejściu na halę (obowiązuje strój sportowy i buty na zmianę) rejestracja telefoniczna 81 448 50 92

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

39.	4.06	9.30-11.00	zbiórka przed Ratuszem	spacer z przewodnikiem pt. „Młodość w peerelowskim Lublinie”	Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 67
40.	4.06	10.00	Hala Sportowo-Widowiskowa UML (sala wykładowa na parterze hali sportowej) ul. Chodźki 15	„Pasożyty - bomba z opóźnionym zapłonem” - wykład dedykowany Seniorom nt. chorób pasożytniczych i ich skutków w wieku starszym. Prowadzenie: prof. dr hab. Anna Bogucka - Kocka, Katedra i Zakład Biologii z Genetyką Uniwersytetu Medycznego w Lublinie	Uniwersytet Medyczny w Lublinie rejestracja telefoniczna 81 448 50 92
41.	4.06	10.00-12.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	porady dietytyka: - pomiar BMI masy ciała - kolportaż materiałów edukacyjno-informacyjnych - dieta dla seniora (przykładowe jadłospisy) - preparaty wspomagające niedobory składników odżywczych (Nutridrinki, prezentacja+testowanie)	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli bezpłatne, bez skierowania nie wymaga zapisów
42.	4.06	10.15	DPS im. Św. Jana Pawła II ul. Ametystowa 22	spotkanie autorskie z p. Teresą Moniką Rudzką. Warsztaty literackie autorki kryminałów	Dom Pomocy Społecznej im. Św. Jana Pawła II tel. 81 466 55 88, wew. 17
43.	4.06	10.15-12.00	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	"Kwiaty - haft diamentowy" - warsztaty rękodzieła	Filia nr 35 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego spotkanie dla członkiń Klubu Seniora
44.	4.06	10.30-11.30	BIOTEKA filia MBP Al. Racławickie 22	"Demony Miłosza" - prezentacja multimedialna nt. życia i twórczości Czesława Miłosza, jednego z patronów 2024 roku	BIOTEKA filia Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie wstęp wolny
45.	4.06	10.30-12.30	DPS im. Matki Teresy z Kalkuty ul. Głowackiego 2 sala terapii (1 piętro)	projekcja filmu „Kogel-mogel” - polski film komediowy z 1988 r. w reżyserii Romana Załuskiego	Dom Pomocy Społecznej im. Matki Teresy z Kalkuty tel. 81 466 55 80

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

46.	4.06	10.30-12.30	Kawiarenka DPS „Betania” al. Kraśnicka 223	Senioriada – olimpiada „Turniej bingo” (poczęstunek, drobne upominki)	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
47.	4.06	10.45	Hala Sportowo-Widowiskowa UMLub (sala wykładowa na parterze hali sportowej) ul. Chodźki 15	warsztaty: Piękno i zdrowie bez metryki dr n. farm. Anna Sokołowska, Zakład Kosmetologii i Medycyny Estetycznej Uniwersytetu Medycznego w Lublinie Gimnastyka mięśni twarzy i automasaż twarzy – skuteczne metody uzyskania dobrego wyglądu i samopoczucia. Studenckie Koło Naukowe Cosmetics UM - opiekun dr n. o zdr. Ewelina Firlej Zakład Kosmetologii i Medycyny Estetycznej Uniwersytetu Medycznego w Lublinie - konsultacje podologiczne dla seniorów - wady stóp - diagnostyka kosmetyczna skóry i włosów - zabiegi na dłonie	Uniwersytet Medyczny w Lublinie rejestracja telefoniczna 81 448 50 92
48.	4.06	11.00-12.00	Muzeum Narodowe w Lublinie ul. Zamkowa 9	oprowadzanie z przewodnikiem po wystawie „Tamara Łempicka – ponad granicami”	wydarzenie dla osób indywidualnych oraz grup do 25 osób. Obowiązkowa rejestracja - rejestracja@mnwl.pl lub tel. 693 677 473 lub 693 677 602 koszt 1 zł/os.
49.	4.06	11.00-12.30	Obiekt Sportowy KUL ul. Konstantynów 1G	Budżet Obywatelski 2024, Aktywny Lublin – gimnastyka dla Seniora. Trening zakłada ćwiczenia ogólnorozwojowe i rehabilitacyjne, poprawiające sprawność i aktywność fizyczną Seniorów powyżej 60 roku życia.	limit 20 osób zapisy na stronie projektu: <a href="https://aktywnylublin.eu/zajecia/gimnastyka-dla-seniorow/">https://aktywnylublin.eu/zajecia/gimnastyka-dla-seniorow/</a>
50.	4.06	11.00	Ogród Botaniczny UMCS (wejście od ulicy Willowej) ul. Willowa 58-60	spacer z przewodnikiem po Ogrodzie Botanicznym	limit 30 osób rejestracja telefoniczna 81 742 67 01 81 743 49 00

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

51.	4.06	12.00	Park Ludowy	relaksujący spacer po parku oraz krótkie sesje gimnastyczne i praktyka pracy z oddechem	DDK „Bronowice” szczegóły: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a> lub tel. 81 744 16 38 obowiązują zapisy wydarzenie bezpłatne
52.	4.06	12.00-13.00	Ośrodek Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, budynek nr 3, piętro II ul. dr K. Jaczewskiego 7	rehabilitacja osób starszych. Ćwiczenia, które przynoszą ulgę - konsultacje z rehabilitantem	Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli bezpłatne, bez skierowania nie wymaga zapisów
53.	4.06	12.00-15.00	Centrum Spotkania Kultur w Lublinie	wyjście dla grupy seniorów z osiedla bloków socjalnych przy ul. Grygowej 4 do CSK w Lublinie. Wydarzenie będzie miało charakter zarówno integracyjny, jak i edukacyjny. Inicjatywa odbędzie się przy udziale psychologa/pedagoga Centrum Aktywności Środowiskowej	Centrum Aktywności Środowiskowej Filii Nr 2 MOPR ul. Antoniny Grygowej 4B tel. 81 466 54 59 <a href="mailto:casmopr@mopr.lublin.eu">casmopr@mopr.lublin.eu</a>
54.	4.06	13.15	Kino „Bajka” ul. Radziszewskiego 8	projekcja filmu „Jedno życie” - prawdziwa historia człowieka, który ratował dzieci przed hitlerowską zagładą. W roli głównej Anthony Hopkins	Kino „Bajka” bilety: 15 zł
55.	4.06	14.00-16.00	Kawiarenka DPS „Betania” al. Kraśnicka 223	Senioriada – olimpiada (gry stolikowe, poczęstunek, drobne upominki)	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
56.	4.06	17.00	teren dzielnicy Dziesiąta (informacje o punkcie rozpoczęcia spaceru: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a> lub tel. 81 524 41 62	spacer po dzielnicy z Mapą Sentymentalną dzielnicy Dziesiąta, która została przygotowana przez Lubelską Grupę Badawczą	organizator: DDK „Bronowice” filia - Pracownie Kultury Dziesiąta zapisy nie obowiązują wydarzenie bezpłatne
57.	5.06	9.00-12.00	LUTW im. prof. Mieczysława Marczyka Dom Studencki „IKAR” ul. Czwartaków 15/9	Dni Otwarte – promocja działalności Lubelskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku	TWWP Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

58.	5.06	9.30	Ogród Botaniczny UMCS (wejście od ulicy Willowej) ul. Willowa 58-60	spacer z przewodnikiem po Ogrodzie Botanicznym	rejestracja telefoniczna 81 742 67 01 81 743 49 00
59.	5.06	10.00-13.00	NZOZ Sanus Sp. z o.o. ul. Magnoliowa 2 Oddział Psychogeriatry	warsztaty dla seniorów z poczęstunkiem pt. „Stymulowanie funkcji poznawczych i pamięci”	rejestracja telefoniczna 81 747 19 99, wew. 2
60.	5.06	10.00-14.00	Dzielnice: LSM, Czuby	„Łączenie pokoleń” – uczniowie klasy III e Szkoły Podstawowej Nr 28 pod opieką wychowawczy przygotują prace plastyczne i drobne upominki dla Seniorów, które zostaną wręczone klientom korzystającym z pomocy usługowej MOPR w Lublinie przez pracowników socjalnych SPS Nr 14	SPS Nr 14, MOPR we współpracy ze Szkołą Podstawową Nr 28 tel. 81 466 54 88
61.	5.06	10.00-17.00	Plac przed Centrum Kultury w Lublinie ul. Peowiaków 12	prezentacja działalności Stowarzyszenia mali bracia Ubogich: - rozmowy z pracownikami, wolontariuszami i seniorami - quiz z mini nagrodami - stoisko profilaktyczne we współpracy z Uniwersytetem Medycznym w Lublinie (m.in. mierzenie cukru, ciśnienia) - możliwość doświadczenia ograniczeń w funkcjonowaniu starszej osoby - symulator starości - 15.30-16.30 „Rozmowa z przyjaciółmi, czyli jak to jest być wolontariuszem i starszym przyjacielem w Stowarzyszeniu mbU?”	Stowarzyszenie mali bracia Ubogich
62.	5.06	10.00-18.00	Filia nr 24 MBP ul. Juranda 7	„Książka dla Seniora” - zapraszamy do skorzystania z bogatej oferty wymiany książek dostępnych w bibliotece	Filia nr 24 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie akcja skierowana do obecnych i przyszłych czytelników biblioteki
63.	5.06	10.30-11.30	sala wykładowa "O" okulistyki (kopuła) ul. Chmielna 1	wykład pt. „Toksyna botulinowa - zastosowanie w okulistyce” dr n. med. Ewa Wróblewska Sadowska	Klinika Diagnostyki i Mikrochirurgii Jaskry USK Nr 1 w Lublinie

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

64.	5.06	10.30-12.30	DPS „Betania” al. Kraśnicka 223 Ogród/Hol B (uzależnione od pogody)	Seniorkiada – olimpiada „Sport na siedząco” (zabawy sportowe, konkurencje na czas, zumba, chusty animacyjne, boole w trawie)	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
65.	5.06	11.00	AQUA Lublin Al. Zygmuntowskie 4	AQUA Fitness dla Seniorów	MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie wstęp bezpłatny po okazaniu Lubelskiej Karty Seniora
66.	5.06	11.00	DPS im. Św. Jana Pawła II ul. Ametystowa 22	koncert kwartetu saksofonowego prowadzonego przez Panią Iwonę Kalinowską ze Szkoły Muzycznej im. Tadeusza Szeligowskiego w Lublinie	Dom Pomocy Społecznej im. Św. Jana Pawła II tel. 81 466 55 88, wew. 17
67.	5.06	11.00	Pracownie Kultury Maki ul. Olchowa 8	warsztaty - breloki z wełny i drewnianych koralików	DDK „Bronowice” filia - Pracownie Kultury Maki szczegóły: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a> lub tel. 81 444 00 06 obowiązują zapisy warsztaty płatne 20 zł/os.
68.	5.06	11.00-12.00	BIOTEKA filia MBP Al. Raclawickie 22	„Pogodne zajęcia aktywizujące w BIOTECE” - spotkanie z wykorzystaniem prostych rekwizytów służących pobudzeniu aktywności ruchowej uczestników (stymulacja ruchowa wskazana przy terapii osób z chorobą Alzheimera)	BIOTEKA filia Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie zajęcia dla podopiecznych filii Środowiskowego Domu Samopomocy dla Osób z Chorobą Alzheimera "Memory" w Lublinie
69.	5.06	11.00-12.30	Sala Kinowa w Centrum Kultury ul. Peowiaków 12	„Życie zaczyna się na emeryturze - wolontariat towarzyszący w Stowarzyszeniu mali bracia Ubogich” - prelekcja i dyskusja	Stowarzyszenie mali bracia Ubogich
70.	5.06	11.00-12.30	Filia nr 35 MBP ul. Bursztynowa 20	"Kącik gier dla Seniorów" - spotkanie przy grach planszowych	Filia nr 35 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego wstęp wolny
71.	5.06	11.00-13.00	ul. Archidiakońska 6 podwórko	Czas i Przestrzeń na muzyczne wspomnienia z Przemkiem Buksińskim	Stowarzyszenie TERRAZ SENIORAS Lilia Potonia, tel. 691 092 253

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

72.	5.06	11.30 -12.30	sala wykładowa "O" okulistyki (kopuła) ul. Chmielna 1	wykład pt. „Zespół suchego oka - jak pomóc choremu” dr n. med. Beata Rymgayłto-Jankowska	Klinika Diagnostyki i Mikrochirurgii Jaskry, USK Nr 1 w Lublinie
73.	5.06	13.15	Kino „Bajka” ul. Radziszewskiego 8	projekcja filmu „Jutro będzie nasze”	Kino „Bajka” bilety: 15 zł
74.	5.06	13.30	Pracownie Kultury Dziesiąta ul. Z. Herberta 14	warsztaty rękodzieła w technice decoupage (podczas warsztatów uczestnicy ozdobią wybrane drewniane przedmioty w technice decoupage)	DDK „Bronowice” filia - Pracownie Kultury Dziesiąta szczegóły: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a> lub tel. 81 524 41 62 zapisy nie obowiązują warsztaty bezpłatne
75.	5.06	14.00	Katolicki Uniwersytet Lubelski Collegium Jana Pawła II sala 623 Al. Raclawickie 14	prezentacja nt. cyberbezpieczeństwa „Bezpieczny senior w świecie cyfrowym”	Katolicki Uniwersytet Lubelski rejestracja telefoniczna 792 071 185
76.	5.06	14.00-16.00	DPS „Betania” al. Kraśnicka 223 Ogród/ Hol B (uzależnione od pogody)	Kino Seniora „Pod Chmurką”, popcorn + słodkie napoje	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
77.	5.06	15.00-17.00	Filia nr 21 MBP Rynek 11	„Romantyczny wędrowiec” - wspólne czytanie wierszy z tomiku „Piesek przydrożny” Czesława Miłosza	Filia nr 21 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie w ramach cyklicznych literackich spotkań Przy Kawie
78.	5.06	16.30-17.30	Filia nr 28 MBP ul. Nadbystrzycka 85	"Różnorodność Azji" - wystawa fotografii Agaty Błachnio połączona z prelekcją	Filia nr 28 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie spotkanie dla członków Klubu Czytelniczego "Nad Bystrzycą" oraz wszystkich zainteresowanych

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

79.	5.06	17.00	BIBLIO filia MBP ul. Szaserów 13-15	pokaz filmowy z cyklu "Kino dla Seniorów"	BIBLIO filia Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie wstęp wolny
80.	<b>5.06</b>	<b>17.00-20.00</b>	<b>Lubelski Dom Technika NOT</b> ul. Marii Curie- Skłodowskiej 3	<b>potańcówka z DJ-em „W rytmie światowych hitów”</b>	<b>Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b> ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 69
81.	6.06	8.30-9.30	Sala Baletowa DK LSM ul. Wallenroda 4A	Dni Seniora, Dni Otwarte - zajęcia tai chi Klub Aktywnego Seniora	Centrum Aktywizacji Seniorów TWWP o/Lublin
82.	6.06	9.00-12.00	TWWP o/Lublin ul. Narutowicza 41/1 domofon 2	Dni Otwarte - promocja działalności Agend Towarzystwa Wolnej Wszechnicy Polskiej o/Lublin	TWWP o/Lublin
83.	<b>6.06</b>	<b>9.30-11.00</b>	<b>zbiórka przed Ratuszem</b>	<b>spacer z przewodnikiem pt. „Szlachetne zdrowie po lubelsku, czyli opowieść o lubelskich medykach”</b>	<b>Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b> ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 67
84.	<b>6.06</b>	<b>10.00</b>	<b>Park Ludowy</b> (zbiórka przy fontannie)	<b>zajęcia tai chi</b>	<b>Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b> ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 67
85.	6.06	10.00-11.30	Filia nr 13 MBP ul. Grażyny 13	„Wierzyński i jego poezja” - prelekcja na temat życia i twórczości Kazimierza Wierzyńskiego, jednego z patronów roku 2024; czytanie ulubionych wierszy poety	Klub Aktywnego Seniora TWWP we współpracy z Biblioteką (Filia nr 13) rejestracja telefoniczna 81 525 08 85



# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

86.	6.06	10.00-11.30	Filia nr 16 MBP ul. Kasztanowa 1	„Koziołek Matołek wędruje po Lublinie” - zajęcia literackie o spotkaniu dwóch koziołków	Filia nr 16 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie spotkanie międzypokoleniowe dla podopiecznych Środowiskowego Domu Samopomocy "Kalina"
87.	6.06	10.00-11.30	Filia nr 11 MBP ul. Lwowska 6	„Życie pieniądza. 100 lat polskiego złotego” - prelekcja Grzegorza Sztala, historyka, kolekcjonera, pasjonata, współzałożyciela Prywatnego Muzeum Historycznego "Znaki Czasu", połączona z pokazem eksponatów	Filia nr 11 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie wstęp wolny
88.	6.06	10.00-12.00	Filia nr 24 MBP ul. Juranda 7	„Witold Gombrowicz - najlepszy polski pisarz XX wieku”- spotkanie Klubu Czytelniczego READCOM z cyklu „Patroni roku 2024”	Filia nr 24 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie spotkanie dla członków Klubu Czytelniczego Dla Dorosłych READCOM. Kontakt dla osób zainteresowanych dołączeniem do Klubu: tel. 81 525 65 03
89.	6.06	10.00-12.00	ul. Archidiakońska 6 podwórko	Czas i Przestrzeń na taneczną aktywność z Sylwią Sawa- Pasternak	Stowarzyszenie TERRAZ SENIORAS Lilia Potonia, tel. 691 092 253
90.	6.06	10.00-14.00	Teatr Stary w Lublinie ul. Jezuicka 18	zwiedzanie wystawy „Teatr Stary w Lublinie – 200 lat historii”	rejestracja telefoniczna 603 110 698
91.	6.06	10.00	Dom Kultury LSM ul. Wallenroda 4A	warsztaty z robienia glicerynowych mydełek – prowadzący: Monika Świerzpowska	DK LSM i Lubelski Uniwersytet Drugiego Wieku rejestracja telefoniczna 81 743 48 29
92.	6.06	10.30	Środowiskowe Centrum Seniorów ul. Józefa Śliwińskiego 5	„Co warto czytać z wnukami?” - przegląd literatury dziecięcej	Filia nr 12 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie
93.	6.06	10.30-11.30	sala wykładowa "O" okulistyki (kopuła) ul. Chmielna 1	wykład pt. „Schorzenia przedniego odcinka oka - diagnostyka i postępowanie” dr n. med. Eulalia Machowicz - Matejko	Klinika Diagnostyki i Mikrochirurgii Jaskry USK Nr 1 w Lublinie

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

94.	6.06	11.00-12.00	BIOTEKA filia MBP Al. Raclawickie 22	„Latawiec” - spektakl grupy teatralnej Horyzont, powstałej w ramach prac terapeutycznych w Środowiskowym Domu Samopomocy w Łęcznej (pod kierunkiem Karola Mazurka)	BIOTEKA filia Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie wstęp wolny
95.	6.06	10.00-12.00	DPS im. Matki Teresy z Kalkuty ul. B. Głowackiego 26	spotkanie integracyjne mieszkańców DPS ze społecznością dzielnicy Wieniawa. Gry i zabawy na świeżym powietrzu, muzyka i śpiew połączone ze wspólnym grillowaniem. Oprawa muzyczna spotkania: p. Robert Rytwiński - mieszkaniec DPS	Dom Pomocy Społecznej im. Matki Teresy z Kalkuty SPS Nr 1 MOPR tel. 81 466 54 15
96.	6.06	11.00-12.00	Muzeum Narodowe w Lublinie ul. Zamkowa 9	oprowadzanie po wystawie archeologicznej „Śladami przeszłości. Najdawniejsze Dzieje Ziemi Lubelskiej”	wydarzenie dla osób indywidualnych oraz grup do 25 osób. Obowiązkowa rejestracja - rejestracja@mnwl.pl lub tel. 693 677 473 lub 693 677 602 koszt 1 zł/os.
97.	6.06	11.15-12.15	DPS „Betania” al. Kraśnicka 223 hol, budynek B	dogoterapia, terapia z psami	Dom Pomocy Społecznej „Betania” Fundacja Dr Clowna spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
98.	6.06	11.30-12.30	sala wykładowa "O" okulistyki (kopuła) ul. Chmielna 1	wykład pt. „ JASKRA, diagnostyka, postępowanie możliwości terapii” dr n. med. Dorota Pożarowska	Klinika Diagnostyki i Mikrochirurgii Jaskry USK Nr 1 w Lublinie
99.	6.06	12.00	Filia nr 36 MBP ul. Zygmunta Augusta 15	„Czesław Miłosz - poeta filozoficznych poszukiwań” - prelekcja dr. hab., prof. KUL Lecha Giemzy z Katedry Literatury Polskiej XX i XXI Wieku Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego im. Jana Pawła II w Lublinie	Filia nr 36 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego wstęp wolny
100.	6.06	12.00-14.00	Siedziba Filii Nr 3 MOPR ul. Mieszka I 4	spotkanie nt. zagrożeń, z jakimi mogą się spotkać Seniorzy w codziennym funkcjonowaniu (głównie cyberbezpieczeństwo Seniorów). Prowadzenie: funkcjonariusz Policji - dzielnicowy IV Komisariatu Policji	SPS Nr 2 i SPS Nr 8 MOPR IV Komisariat Policji tel. 81 466 54 18, 81 466 54 81

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

101.	6.06	13.30-16.00	Zespół Ośrodków Wsparcia w Lublinie (ogród) ul. Lwowska 28	I Lubelska Olimpiada Senioralna (konkurencje sportowe: boccia, rzut piłką do celu, rzutki, cymberegaj, gra zręcznościowa na czas, warcaby, gra terenowa) Olimpiadzie będzie towarzyszyć wiele wydarzeń, m.in. występ „Kabaretu Pod Siwym Włosem” działającym w Ośrodku Kultury Samorządowej w Żółkiewce, pomiar parametrów życiowych, ocena składu ciała przy użyciu analizatora Tanita, instruktaż prawidłowego użytkowania kijków do nordic walking, pokaz udzielania I pomocy przedmedycznej, prezentacja obsługi defibrylatora AED, porady fizjoterapeutyczne i pielęgniarstwa	rejestracja telefoniczna 81 466 55 60
102.	6.06	13.30-14.30	DPS „Betania” al. Kraśnicka 223 sala 056, Budynek B	relaksacja, trening relaksacyjny połączony z aromaterapią, światłoterapią, muzyka relaksacyjną	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
103.	6.06	15.00	Pracownie Kultury Tatary ul. Hutnicza 28 A	warsztaty florystyczne dla Seniorów (wykonanie kompozycji z kwiatów świeżych - Ikebana, na drewnianej podstawie) szczegóły: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a>	DDK „Bronowice” filia - Pracownie Kultury Tatary rejestracja telefoniczna 81 524 41 62 warsztaty płatne: 20 zł/os.
104.	6.06	16.00-17.30	Filia nr 16 MBP ul. Kasztanowa 1	„Szlakiem Koziółka Lubelskiego” - wirtualny spacer po mieście	Filia nr 16 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie rejestracja telefoniczna 81 444 77 55
105.	6.06	16.00-18.30	Kooperatywa Lubelska ul. Kowalska 1	- prelekcja „Drugi człowiek zmienia wszystko”. Zostań przyjacielem osoby starszej i dołącz do grona wolontariuszy Stowarzyszenia mali bracia Ubogich. - warsztaty z wykorzystaniem symulatora odczuć starczych, skierowane do osób w różnym wieku, zainteresowanych tematem samotności	Stowarzyszenie mali bracia Ubogich

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

106.	6.06	17.00	DDK „Węglin” ul. Judyma 2a (sala widowiskowa)	wystawa ikon uczestniczek zajęć pn. „Spotkania z temperą” oraz wykład dr A. Kuczyńskiej nt. ikon Jerzego Nowosielskiego	DDK „Węglin”
107.	6.06	17.00	Zbiórka przed DK LSM ul. Wallenroda 4A	"Wiosenny spacer z kijkami" – prowadzenie: Agnieszka Marcewicz	rejestracja telefoniczna 667 959 060
108.	6.06	17.00	Centrum Spotkania Kultur Plac Teatralny 1	Koncert Galowy Ogólnopolskich Spotkań z Tańcem w Lublinie BALANS 2024	MDK „Pod Akacją” wstęp wolny
109.	6.06	17.30	Pracownie Kultury Dziesiąta ul. Z. Herberta 14	warsztaty pt. „Tkana makatka”. Uczestnicy warsztatów poznają jedną z technik tworzenia makatki - tkanie na krośnie	DDK „Bronowice” filia - Pracownie Kultury Dziesiąta rejestracja telefoniczna 81 524 41 62 warsztaty płatne: 20 zł/os.
110.	<b>7.06</b>	<b>9.00–10.30</b>	<b>plac Zamkowy</b> zbiórka przy schodach	<b>spacer z przewodnikiem pt. „Zagadki lubelskiej mieszczki”</b>	<b>Urząd Miasta Lublin</b> <b>Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b> ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 67
111.	7.06	10.00-12.30	Kawiarenka DPS „Betania” al. Kraśnicka 223	Kulinoterapia - „Babeczka dla przyjaciela” (pieczenie muffinek dla przyjaciela)	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 spotkanie otwarte, nieodpłatne tel. 81 466 55 85, wew. 42
112.	7.06	10.30	Filia nr 2 MBP ul. Peowiaków 12	„Zabytkowe kościoły Lublina” - spacer biblioteczny. Uczestnicy zwiedzą bazylikę oo. Dominikanów, archikatedrę oraz kościół pw. św. Piotra Apostoła. Spacer poprowadzi bibliotekarz z uprawnieniami przewodnika miejskiego	Filia nr 2 Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie spotkanie dla podopiecznych Centrum Dziennego Pobytu dla Seniorów. Kontakt dla pozostałych zainteresowanych: tel. 81 466 62 02

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

113.	7.06	11.00-12.30	plac Zamkowy zbiórka przy schodach	spacer z przewodnikiem pt. „Lublin poniekąd filmowy”	Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 67
114.	7.06	11.00-12.30	ul. Archidiakońska 6 (podwórko lub kawiarnia BAŁAGAN)	Czas i Przestrzeń na PRL z kabaretem MYDŁO I POWIDŁO	Stowarzyszenie TERRAZ SENIORAS Lilia Potonia, tel. 691 092 253
115.	7.06	11.30-12.30	Centrum Medyczne Audika ul. T. Zana 41	bezpłatne, przesiewowe badanie słuchu tj. audiometria tonalna oraz konsultacja ze specjalistami diagnostyki słuchu bezpłatne zajęcia - trening pamięci	rejestracja telefoniczna 81 465 25 55
116.	7.06	14.00	Urząd Miasta Lublin ul. Spokojna 2 sala 252	Spotkanie ze Sztuką „Ofiarowane, ukradzione, sprzedane – skąd się wzięły polskie zabytki poza granicami Polski?” Magdalena Norkowska, kurator wystaw Muzeum Narodowego w Lublinie	Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 65
117.	7.06	14.00-16.00	Kawiarenka DPS „Betania” al. Kraśnicka 223	spotkanie dot. poezji (poświęcone przyjaciołom) oraz występ p. Wiesława Drozda (śpiew i gra na gitarze). Słodki poczęstunek, kawa, herbata	Dom Pomocy Społecznej „Betania” al. Kraśnicka 223 tel. 81 466 55 85, wew. 42
118.	7.06	14.00-18.00	plac im. Lecha Kaczyńskiego przed Centrum Kultury w Lublinie	Rodzinny Festyn Zdrowotny – bezpłatne badania m.in. pomiar ciśnienia krwi, poziom cukru, masy i składu ciała, nieodpłatne porady w zakresie: cukrzycy, nadciśnienia tętniczego, bezdechu sennego, boreliozy, psychoonkologii i innych, uzyskanie karty EKUZ, liczne atrakcje i konkursy z nagrodami, występy artystyczne oraz pokazy sportowe	Urząd Miasta Lublin Wydział Zdrowia i Profilaktyki szczegółowe informacje: tel. 81 466 34 50

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

119.	7.06	15.00	Biblioteka Obcojęzyczna oddział BIBLIO filii MBP ul. Szaserów 13-15	„Jak czytać po angielsku?” - panel dyskusyjny w języku polskim	Biblioteka Obcojęzyczna oddział BIBLIO filii Miejskiej Biblioteki Publicznej im. H. Łopacińskiego w Lublinie wstęp wolny
120.	7.06	15.00	Pracownie Kultury Dziesiąta ul. Z. Herberta 14	urodziny Pracowni Kultury Dziesiąta (warsztaty, wernisaż wystawy uczestników zajęć stałych w filii)	DDK „Bronowice” filia - Pracownie Kultury Dziesiąta szczegóły: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a> lub tel. 81 524 41 62 zapisy nie obowiązują wydarzenie bezpłatne
121.	7.06	16.00	DPS im. W. Michelisowej ul. Archidiakońska 7	koncert Zespołu Gitarowego „Milonga” pod kierunkiem Piotra Tesarowicza	MDK „Pod Akacją”
122.	<b>7.06</b>	<b>17.00-20.00</b>	<b>Lubelski Dom Technika NOT</b> ul. Marii Curie-Skłodowskiej 3	<b>uroczyste zakończenie Lubelskich Dni Seniora potańcówka z DJ-em „Znane i lubiane polskie przeboje”</b>	<b>Urząd Miasta Lublin Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych</b> ilość miejsc limitowana rejestracja telefoniczna 81 466 20 67
123.	7.06	18.00	Teatr im. Juliusza Osterwy w Lublinie ul. Narutowicza 17	pokaz przedpremierowy spektaklu „Uciekinierki” w reżyserii Marka Pasiecznego	Teatr im. J. Osterwy (Mała Scena) bilety w promocyjnej cenie 35,00 zł do nabycia w kasie biletowej Teatru Możliwość rezerwacji przez e-mail: <a href="mailto:biuro@teatrosterwy.pl">biuro@teatrosterwy.pl</a> , <a href="mailto:e.walasik@teatrosterwy.pl">e.walasik@teatrosterwy.pl</a> lub tel. 81 532 44 36, 786 814 125, 797 459 085

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

## INICJATYWY TOWARZYSZĄCE

1.	8.06	10.00-14.00	Słoneczny Wrotków Zalew Zemborzycycki	Eko Piknik - Nordic nad Zalewem (rajd, trening) – zapisy <a href="https://elektronicznezapisy.pl/event/10707/strona.html">https://elektronicznezapisy.pl/event/10707/strona.html</a> - sprząatanie terenu wokół Zalewu - eko konkursy z nagrodami - stoiska partnerów	MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie
2.	9.06	13.00-17.00	Słoneczny Wrotków Zalew Zemborzycycki	Festyn Rodzinny - 13.00 – joga na trawie - animacje, dmuchańce, atrakcje dla całych rodzin - 17.00 – koncert szant połączony z ogniskiem	MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie
3.	11.06	12.00	Dzielnicowy Dom Kultury ”Bronowice” ul. Krańcowa 106	zajęcia, podczas których uczestnicy będą mieli okazję nauczyć się choreografii do muzyki zespołu ABBA. Żywiolowe zajęcia, których celem jest intuicyjna zabawa ruchem.	DDK „Bronowice” szczegóły: <a href="http://www.ddkbronowice.pl">www.ddkbronowice.pl</a> lub tel. 81 744 16 38 obowiązują zapisy wydarzenie bezpłatne

## NOTATKI:

---

---

---

---

---

---

---

---



## NOTATKI:

---

---

---

---

---

---

---

---

## NOTATKI:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# XII LUBELSKIE DNI SENIORA

**NOTATKI:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Harmonogram wydarzeń*

# **XII** LUBELSKIE **DNI** **SENIORA**

**Harmonogram wydarzeń 3-7 czerwca 2024**

## **Urząd Miasta Lublin**

Wydział Inicjatyw i Programów Społecznych

ul. St. Leszczyńskiego 23, 20-068 Lublin (wejście od ul. Przy Stawie)

tel.: 81 466 30 50, e-mail: [wips@lublin.eu](mailto:wips@lublin.eu)

**[www.seniorzy.lublin.eu](http://www.seniorzy.lublin.eu)**