

*Zaproszenie*



*„Myślę pozytywnie, działam skutecznie” „Nie oceniam, akceptuję” -czynniki sprzyjające poprawie i utrzymaniu kondycji zdrowia psychicznego mieszkańców powiatu kieleckiego*



**Mirosław Gębski- Starosta Kielecki i Stefan Bąk- Przewodniczący Zespołu koordynującego realizację Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2018-2022**

***SERDECZNIE ZAPRASZAJĄ SENIORÓW***

**do udziału w Seminarium pn. „Zdrowie emocjonalne i psychiczne Seniora”**



**które odbędzie się w dniu 30 września 2022 r. o godz. 13.00-15.00 w sali 268 (II piętro) Starostwa Powiatowego w Kielcach (ul. Wrzosowa 44, 25-211 Kielce)**

Poruszana tematyka:

- **Profilaktyka zdrowia psychicznego oraz strategie radzenia sobie ze stresem-** Lidia Świeboda- Toborek-psycholog Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kielcach
- **Poczucie sensu życia w aspekcie duchowości człowieka-** ks. Sylwester Robak-dyrektor Domu dla Niepełnosprawnych w Piekoszowie
- **Kondycja fizyczna, zdrowie psychiczne oraz aktywność intelektualna i społeczna na przykładzie Uniwersytet Trzeciego Wieku w Łagowie-** Jadwiga Kamińska- Uniwersytet Trzeciego Wieku w Łagowie/ członek Rady Seniorów Powiatu Kieleckiego
- **Bezpieczne życie Seniora-** sierżant sztabowy Małgorzata Pędzik/ aspirant Alicja Bartłomiejczak Komenda Miejska Policji w Kielcach

**Należy potwierdzić udział do dnia 29 września 2022 r.**

Kontakt: Joanna Grela- Bąk tel. 041 200 16 31, e- mail: [grela.j@powiat.kielce.pl](mailto:grela.j@powiat.kielce.pl)