

Szanowni Państwo,

W tym roku mija dziesięć lat funkcjonowania w naszym mieście programu

aktywni 60 plus

Przez cały ten czas wspieramy tyskich Seniorów w prowadzeniu aktywnego stylu życia oraz rozwijaniu zainteresowań. Z tej okazji serdecznie zapraszam na spotkanie, podczas którego poznamy wyjątkowych Seniorów i ich niezwykle pasje.

Jubileusz odbędzie się **23 czerwca 2022 roku** (czwartek) w sali koncertowej AUKSO w budynku Mediateki, przy al. Piłsudskiego 16 w Tychach.

Andrzej Dziuba

Prezydent Miasta Tychy

Organizator: TYCHY ✓ DOBRE MIEJSCE

Patronat medialny:



- 10:00 – 10:15 **Otwarcie**
Maciej Gramatyka Zastępca Prezydenta Miasta Tychy ds. Społecznych
- 10:15 – 10:45 **Doceniać mądrość czasu**
dr Monika Mularska-Kucharek
- 10:50 – 11:20 **Jesień życia - wiosna możliwości**
Hanna Piekarska
- 11:25 – 12:00 **Ruch jest życiem, a życie jest ruchem (Arystoteles)**
Iwona Węćławowicz, Wojciech Węćławowicz
- 12:00 – 12:30 **Przerwa kawowa**
- 12:30 – 13:00 **Filmy dla seniorów - czy możemy mówić o nowym trendzie we współczesnym kinie?**
dr Joanna Zabłocka-Skorek
- 13:05 – 13:20 **Pokaz mody w wykonaniu Seniorów**
- 13:25 – 13:50 **Koncert duetu Queens of Violin**
- 13:55 – 14:10 **Słodki poczęstunek**



Prosimy o potwierdzenie udziału w spotkaniu pod nr tel. 32 776 35 41 **do 21 czerwca 2022 roku**.
Udział w wydarzeniu jest bezpłatny. Liczba miejsc ograniczona.

ZAPROSZENIE

60 plus
aktywni!

TYCHY~DOBRE MIEJSCE

dr Monika Mułarska-Kucharek

Doktor nauk humanistycznych w zakresie socjologii, ekspertka ds. rozwoju osobistego osób dojrzałych, trenerka biznesu, terapeutka, właścicielka firmy szkoleniowej ART OF TRAINING, koordynatorka działań międzypokoleniowych w Centrum Kultury Młodych w Łodzi, prezeska Fundacji Łódzka Akademia Kobiecości. Autorka wielu publikacji z zakresu jakości życia, w tym osób dojrzałych i szeroko rozumianego rozwoju osobistego. Inicjatorka i współredaktorka wielu książek, m.in.: „Jesień życia? Wiosna możliwości! Przewodnik po późnej dorosłości.”, „Srebrne tabu. Przyjaźń, miłość, seks w wieku dojrzałym”, a także „Jak nie teraz, to kiedy?” oraz „Recepta na piękną jesień. Jak dbać o jakość życia w późnej dorosłości”.

Autor zdjęcia Lidia Skuza

Hanna Piekarska

70-letnia blogerka, stylistka, modelka, felietonistka, wolontariuszka i ambasadorka Głosu Seniora. Aktorka-statystka w wielu serialach i reklamach. A wszystko to zaczęła realizować dopiero... na emeryturze. Jesień życia uczyniła wiosną możliwości, a siwy włos atutem. Skutecznie aktywizuje seniorów, pomagając im zmieniać swoje życie na lepsze. Uwielbia modę i temu poświęca najwięcej czasu, organizując pokazy od 8 lat. Występuje w reklamach, teledyskach, filmach, radiu i telewizji. Dbą o formę fizyczną, często bywa w teatrze, na koncertach, pisze wiersze, zajmuje się ogródkiem. Kocha życie, inspirując innych do działania.

Iwona Węclawowicz

Znana na Instagramie jako @FIT_IVI_ udowadnia swoją aktywnością, że wiek to tylko liczba. Swoją przemianę zaczęła po przebyciu skomplikowanych operacji. Świetnej formy uzyskanej dzięki aktywności fizycznej i rehabilitacji ruchowej zazdroszczą jej dziś nawet dwudziestolatki. W Internecie motywuje miliony Polaków do zmiany życia na lepsze. Treningi na siłowni, kickboxing, jazda na rowerze to jej codzienność. Latała w tunelu aerodynamicznym, jeździła gokartem, skakała na trampolinach. Z utratą nadprogramowych kilogramów i zwiększeniem kontroli swojego ciała przyszła chęć na przetamywanie kolejnych barier - obecnie planuje skok ze spadochronem.

Wojciech Węclawowicz

To zdecydowanie jedna z najbardziej inspirujących postaci, jakie w ostatnich latach można było poznać w social mediach. Udowodnił, że nigdy nie jest za późno na radykalne zmiany w życiu. W 2018 roku ze względu na pogarszające się samopoczucie zaczął swoją metamorfozę, którą na YouTube obejrzało już prawie 8 milionów ludzi z całego świata. Poprawa zdrowia i redukcja masy ciała zachęciły go do osiągnięcia kolejnego celu - udziału w mistrzostwach świata w lekkoatletyce i zdobycia srebrnego medalu w pięcioboju. W 2021 roku był najstarszym uczestnikiem polskiej edycji programu „Taniec z Gwiazdami”. W sieci jako Fit Oldboy motywuje do aktywności fizycznej, a na YouTube jako Hyperactive Boys z synem pokazuje, jak wspólnie czerpać radość z ruchu.

dr Joanna Zabłocka-Skorek

Trenerka edukacji medialnej i społecznej, filmoznawczyni, prezeska Fundacji Rozwoju Kompetencji Medialnych i Społecznych „KinoSzkół”. Autorka licznych wystąpień i publikacji naukowych z zakresu edukacji filmowo-medialnej. W 2011 roku stworzyła Ogólnopolski Interdyscyplinarny Projekt Edukacji Medialnej „KinoSzkół”, w którym obecnie uczestniczy prawie 300 tysięcy uczniów w ponad 70 miastach. W 2014 roku została laureatką nagrody Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej, a w 2016 roku otrzymała przyznawany przez Stowarzyszenie Kina Polskie Honorowy Złoty Bilet za wybitne zasługi w upowszechnianiu kultury filmowej w Polsce. W 2020 roku została Stypendystką Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.