



Zaproszenie

Powiatowe Centrum Kształcenia Ustawicznego w Chrzanowie
i Szpital Powiatowy w Chrzanowie
zapraszają na wydarzenie

„Dbaj o siebie – zachowaj zdrowie”

które odbędzie się 7 listopada 2018 r. o godzinie 15.30
w Powiatowym Centrum Kształcenia Ustawicznego w Chrzanowie,
ul. Focha 3, 32-500 Chrzanów

Program:

15:30 Przywitanie uczestników

Prelekcje:

15:35 Wyprzedzić chorobę – profilaktyka zdrowia

15:55 Ruch - sposób na zdrowie

16:10 Równowaga emocjonalna – ważny aspekt zdrowia

16:30 – 17:30 Zajęcia warsztatowe w grupach dla zainteresowanych

- warsztaty kosmetyczne "Pielęgnacja twarzy na co dzień"
- warsztaty florystyczne „Jesienne portrety”
- warsztaty fryzjerskie "Z kamerą pod włos"
- terapia zajęciowa „Domowa mydlarnia”
- terapia zajęciowa „Techniki relaksacji”
- opiekuńczo-medyczne „Pielęgnacja osoby chorej, niepełnosprawnej w domu”

Liczba miejsc na warsztaty ograniczona, zapisy:

32 624 00 18,

e-mail: pcku@powiat-chrzanowski.pl

Prosimy o potwierdzenie udziału do dnia 6.11.2018