



**KAMPANIA SPOŁECZNA KOMISJI SPORTU
ZWIĄZKU MIAST BAŁTYCKICH
KONFERENCJA „ZAWSZE AKTYWNI”**



4-5 CZERWCA 2009, GDYNIA

PROGRAM

Miejsce konferencji: **Pomorski Park Naukowo-Technologiczny**

Al. Zwycięstwa 96/98

Gdynia

CZWARTEK, 4 CZERWCA

08:30	Spotkanie w holu hotelu “Kuracyjnego” i przejazd na miejsce spotkania
08:30 - 09:30	Rejestracja uczestników
09:30 - 10:00	Otwarcie konferencji
10:00 - 10:30	<i>Zdrowy styl życia w starszym wieku: Rola aktywności fizycznej</i> - prof. Herbert Löllgen, Przewodniczący Niemieckiej Federacji Medycyny Sportowej oraz Pani Deborah Löllgen, specjalista wychowania fizycznego, Stuttgart/Esslingen
10:30 - 11:00	Przerwa kawowa
11:00 - 11:30	<i>Czym jest zdrowy proces starzenia się?</i> – Pan Thomas Gustafson, Ekspert ds. Zdrowia w Radzie Regionu Blekinge (Szwecja)
11:30 – 12:00	<i>Aktywne życie starszych mieszkańców Karlskrony</i> – Pan Per-Inge Gustavsson, Zastępca Przewodniczącego Komitetu ds. Osób Starszych oraz Pani Carina Thörnquist, Kierownik projektu – Gmina Karlskrona (Szwecja)
12:00 - 13:15	Obiad (Restauracja <i>Eureka</i>)
13:15 – 13:45	<i>Aktywizacja osób starszych w Gdyni</i> – Pani Bożena Zglińska, Dyrektor Centrum Aktywności Seniora oraz Pani Katarzyna Stec, Zastępca Dyrektora ds. Osób Starszych i Niepełnosprawnych - Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Gdynia
14:00	Przejazd do Centrum Aktywności Seniora - Gdynia
14:15-15:15	<i>Muzyka klasyczna</i> – zajęcia dla gdyńskich seniorów
15:30	Przejazd do hotelu
16:00 - 17:00	Czas wolny
17:00	Spotkanie w holu hotelu “Kuracyjnego” i przejazd do Chmielna
18:00 – 22:00	<i>Wieczór Kaszubski</i> (Chmielno, Wichrowe Wzgórze) Przejazd do hotelu

PIĄTEK, 5 CZERWCA

09:30	Spotkanie w holu hotelu “Kuracyjnego” i przejazd na miejsce spotkania
10:00 – 10:45	<i>Sport dla seniorów w Danii, Profesjonaliści v. amatorzy</i> – Pan Carsten Hansen, Pani Ann Baunbæk Hansen, Konsultanci ds. Sportu - Danish Company Sport Association
10:45 – 11:15	<i>Wstańmy z foteli</i> – Pan Vegard Vige, Specjalista ds. Medycznych w Gminie Kristiansand (Norwegia)
11:15 – 11:45	Przerwa kawowa
11:45 – 12:15	<i>Ćwicz w domu!</i> – Pani Tiina Malmisalo, Doradca ds. Aktywności Fizycznej, Turku, Pani Heini Parkkunen, Dyrektor Wykonawczy – Stowarzyszenie Zdrowych Miast Regionu Morza Bałtyckiego (Finlandia)
12:15 - 13:00	<i>Strefa tanga</i> – prezentacja zajęć tanecznych dla osób starszych i niepełnosprawnych
13:30 – 15:00	Obiad
15:00 – 18:00	Zwiedzanie miasta