

## **2. Budowanie motywacji do aktywności seniorów**

**CZAS TRWANIA:** 3 dni szkoleniowe – łącznie 16 godzin lekcyjnych

Ilość osób w grupie - max. 30

Ilość szkoleń - 1

**Termin: 2, 3 i 4 października 2017 r. w godz. 16.30 – 20.30**

**Ostateczny termin zgłoszeń: 29 września 2017 r.**

Rezerwacja miejsca na szkoleniu następuje poprzez przesłanie **ankiety** na adres: [bps@um.wroc.pl](mailto:bps@um.wroc.pl) lub jej dostarczenie na adres:

***Biuro ds. Partycypacji Społecznej***  
**ul. G. Zapolskiej 4, Wrocław**  
**pok. 120 (tel. 71-777-86-68)**

KOSZT: **BEZPŁATNE**

O zakwalifikowaniu na szkolenie zainteresowani zostaną powiadomieni indywidualnie telefonicznie lub na podany adres e-mail.

PROGRAM :

1. Psychologiczne aspekty wieku starszego emocje, motywacje.
2. Psychologiczne aspekty wieku starszego, Rodzina, talenty, pasje, osiągnięcia rodzinne i zawodowe osób starszych.
3. Sposoby wzmacniania mocnych stron osób starszych
4. Systemowe ujęcie – genogram rodzinny.
5. Dieta, sport, ruch, przynależność, styl życia jako motywatory do aktywności w życiu seniora.