



**Wolontariat
opiekuńczy**

DZIEŃ OTWARTY W DPS „OSTOJA”

ul. Hoża 4, Gdańsk-Stogi

13 kwietnia, godz. 10.00-13.00

Dom Pomocy Społecznej „Ostoja” serdecznie zaprasza wszystkich chętnych, którzy chcieliby zostać wolontariuszami, na **DZIEŃ OTWARTY** w ramach akcji **POMAGANIE JEST PIĘKNE!**

PROGRAM

10.00 Gimnastyka na świeżym powietrzu

W zdrowym ciele zdrowy duch! Załóż wygodne buty, chwyć kijki i zażyj z nami trochę ruchu!

10.30 Pogaduszki przy kawie

Czarna czy z mlekiem? Wspólna kawa to doskonała okazja, by lepiej się poznać.

11.00 Warsztaty rękodzieła decoupage

Świeczniki, wisiorki, wazoniki – daj upust swojej fantazji! Wykonaj razem z nami ozdoby i akcesoria, które zaskoczą Twoich bliskich.

11.00 Zajęcia sportowe

Masz odwagę zmierzyć się z reprezentacją „Ostoi” w golfa, boule, darty albo ping-ponga? A może wolisz szachy lub warcaby? Spróbuj swoich sił w starciu z naszymi Seniorami!

W godzinach 10.00-13.00 będzie także można **bezpłatnie zmierzyć ciśnienie krwi i poziom cukru.**

PRZYJDŹ I ZOBACZ JAK DZIAŁAMY!