Październik miesiącem zdrowia i relacji

23-09-2026



Bezpłatne szkolenia, wykłady, spotkania, warsztaty i konferencje. Październikowy kalendarz pełen będzie wydarzeń poświęconych zdrowiu i relacjom. Cykl skierowany do mieszkańców w każdym wieku pozwoli na zdobycie wiedzy z zakresu zdrowia psychicznego, profilaktyki, suplementacji czy pomocy przedmedycznej. Zapraszamy.

Program październikowych wydarzeń

- 2 października (godz. 10:00-14:00) - Punkt krwiodawstwa, Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Szkolna 24;
- 7 października (godz. 11:00) - „Senior w roli głównej” - suplementacja dla seniorów, Dzienny Dom Senior+, ul. Świdnicka 35;
- 8 października (godz. 11:30) - „Zdrowie psychiczne” - wykład, Środowiskowy Dom Samopomocy, ul. Nowowiejska 88;
- 9 października (godz. 10:00-15:00) - Dzień Otwarty w Centrum Seniora, Dzienny Dom Senior+, ul. Świdnicka 35;
- 9 października (godz. 10:00-14:00) - Punkt krwiodawstwa, Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Szkolna 24;
- 9 października (godz. 11:00-15:00) - „Razem po dostępność i higienę psychiczną” - wykład, Dzierżoniowski Ośrodek Kultury, ul. Świdnicka 23;

- 9 października (godz. 17:00) - „Kobieta w zdrowiu - profilaktyka, ciało i dobre samopoczucie” - konferencja, Dzienny dom Senior+, ul. Świdnicka 35;
- 13 października (godz. 12:00) - „Różowa wstążka” - rynek;
- 15 października (godz. 10:00-12:00) - „Demencja i choroba Alzheimera” - wykład i warsztat, Środowiskowy Dom Samopomocy, ul. Nowowiejska 88;
- 16 października (godz. 17:00) - „Opieka nad osobą leżącą” - szkolenie, Szkoła Policealna „Epsilon”, ul. Krasickiego 27;
- 20 października (godz. 11:00) - „Odporność na jesień i zimę” - wykład, Dzienny Dom Senior+, ul. Świdnicka 35;
- 21 października (godz. 11:00) - Warsztaty rękodzielnicze, Dzienny Dom Senior+, ul. Świdnicka 35;
- 23 października (godz. 10:00-14:00) - Punkt Krwiodawstwa, Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Szkolna 24;
- 23 października (godz. 11:00) - „Symulator starzenia” - warsztaty, Dzienny Dom Senior+, ul. Świdnicka 35;
- 23 października (godz. 19:00) - „Wyroluj raka - rajd rowerowo-rolkowy dla Amazonek”, start Bielawa - jezioro, meta Dzierżoniów - Sowiogórskie Centrum Komunikacyjne;
- 24 października (godz. 19:00) - Bal Amazonek, sala „Tęcza”, ul. Parkowa 4j;
- 30 października (godz. 10:00-14:00) - Punkt krwiodawstwa, Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Szkolna 24;
- 30 października (godz. 16:30) - „Zdrowie bez barier” - konferencja o zdrowiu i jakości życia, Dzierżoniowski Ośrodek Kultury, ul. Świdnicka 23;
- 30 października (godz. 16:30) - „Pierwsza pomoc przedmedyczna” - szkolenie, Dzierżoniowski Ośrodek Kultury, ul. Świdnicka 23.