

12.09.2022

Kutnowskie Dni Seniora już w przyszły weekend!

PREZYDENT MIASTA KUTNA I SENIORZY ZAPRASZAJĄ NA:

KUTNOWSKIE DNI
SENIORA

18 WRZEŚNIA - 02 PAŹDZIERNIKA 2022 r.

Podobnie, jak w roku ubiegłym tuż po Święcie Róży rozpoczynają się Kutnowskie Dni Seniora. Cykl wydarzeń poświęcony grupie najstarszych mieszkańców miasta rozpocznie koncert Pauliny Wróblewskiej, która zaprezentuje się na deskach sceny w Centrum Teatru Muzyki i Tańca w niedzielę 18 września. Do 2 października Seniorzy będą mogli korzystać z atrakcji sportowych, tanecznych, wyjazdów autokarowych, grzybobrania, spotkań przy grillu i muzyce, spektakli teatralnych czy seansów filmowych. To oczywiście nie wszystkie wydarzenia przygotowane w ramach tegorocznych Kutnowskich Dni Seniora.

- Przygotowaliśmy w tym roku zestaw atrakcji, który sprawdzał się w latach poprzednich. Ubiegłoroczna nowość, czyli grzybobranie również i w tym roku zagościła w kalendarzu Kutnowskich Dni Seniora. Poza tym mamy mnóstwo warsztatów, spotkania edukacyjne i oczywiście pełną gamę zajęć rekreacyjnych, sportowych i turystycznych – mówi Zbigniew Wdowiak, zastępca Prezydenta Kutna.

Wydarzenia organizowane w ramach Kutnowskich Dni Seniora finansowane są z budżetu miasta, dzięki temu na większość wydarzeń Seniorzy będą mogli dostać się bezpłatnie. Na część wstęp jest wolny, podczas niektórych trzeba będzie okazać wejściówki, które będą do pobrania w odpowiednich instytucjach. Część wydarzeń wymagała będzie drobnej odpłatności.

Kutnowskie Dni Seniora organizowane są przez Prezydenta Miasta Kutna, w którego imieniu działania koordynuje Wydział Spraw Społecznych we współpracy z Wydziałem Kultury, Promocji i Rozwoju Miasta oraz Biurem Sportu i Turystyki, Kutnowskim Domem Kultury, Miejską i Powiatową Biblioteką Publiczną w Kutnie, Muzeum Regionalnym w Kutnie, Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Kutnie, Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Kutnie oraz Radą Seniorów i organizacjami pozarządowymi.

Poniżej pełny harmonogram wydarzeń podczas Kutnowskich Dni Seniora 2022.

NIEDZIELA 18 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.
 - wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.
- godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)
- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TAŃCA

ul. Teatralna 1

godz. 18.00

KONCERT „MOJA ALABAMA” w wykonaniu Pauliny Wróblewskiej wraz z zespołem – wstęp wolny.

PONIEDZIAŁEK 19 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.
- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

GRZYBOBRANIE

godz. 6.00 – 12.00

wyjazd autokarem do Huty Zaborowskiej – organizator wyjazdu: Biuro Podróży FullTravel zapewnia kawę, herbatę oraz kanapki. Zbiórka na parkingu przed marketem Carrefour (wejściówki w kwocie 10 zł na wyjazd do odbioru w siedzibie firmy ul. Wyszyńskiego 11 pok. 105).

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00 - 13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 10.00 - 14.00

TWÓRCZOŚĆ NIE ZNA WIEKU - WARSZTAT MALOWANIA INTUICYJNEGO - malowanie intuicyjne to technika, która pozwala oderwać się od trosk życia codziennego i tworzyć to, co gra w duszy – organizator Muzeum Regionalne w Kutnie. Warsztaty prowadzi psycholog, artterapeutka - Ola Wołoszyn (wstęp wolny, liczba miejsc ograniczona).

MIEJSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE

godz. 17.00

„SZEŚĆ DEKAD ROCK'N'ROLLA”: projekcja filmu o legendarnym zespole The Rolling Stones w reż. Martina Scorsese – sala audio - wstęp wolny.

WTOREK 20 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.
 - wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.
- godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)
- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 10.30-11.30

JOGA DANCE – zajęcia jogi przy muzyce z wykorzystaniem krzeseł, liczba miejsc max. 15os. (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

godz. 11.30

„SPOTKAJMY SIĘ BY POROZMAWIAĆ O EMERYTURACH” – spotkanie z przedstawicielami ZUS w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TAŃCA

ul. Teatralna 1

godz. 17.00

„MUZYCZNE POPOŁUDNIE Z AKORDEONEM”. Spotkanie muzyczne - znane melodie na akordeon (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum).

ŚRODA 21 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.
 - wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.
- godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)
- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

POLSKI ZWIĄZEK WĘDKARSKI KOŁO NR 109 „METALURG” KUTNO

godz. 7.00 – 16.00

ZAWODY WĘDKARSKIE „AKTYWNY SENIOR WĘDKUJE”

Miejsce zawodów: ZALEW Stowarzyszenia Wędkarskiego, ul. Narutowicza 47 w Kutnie. Zapisy: Sklep Wędkarski ARA, ul. Narutowicza 8 lub tel. 531 373 202, ilość miejsc ograniczona. Regulamin zawodów dostępny na stronach www.metalurg.wedkuje.pl lub www.kolo109.ompzw.pl

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

WYCIECZKA LONDYŃSKIM AUTOKAREM Z PREZYDENTEM MIASTA

PO STREFIE PRZEMYSŁOWEJ W KUTNIE

godz. 10.00

Zbiórka uczestników – przed KDK o godz. 10.00. Zapisy i odbiór wejściówek w Wydziale Kultury Promocji i Rozwoju Miasta Urzędu Miasta Kutno pok. 410 lub 415, tel. 24 253 12 51, 24 253 11 23 do dnia 19.09.22r. Ilość miejsc ograniczona.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 10.00 – 13.00

WARSZTATY MAKRAMY – LAMPIONY - liczba 15 osób (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

godz. 18.00 – 19.30

TRENING POKAZOWY STOWARZYSZENIA PROMOCJI ZDROWIA QIGONG LECĄCY
ŻURAW – TAI CHI – wstęp wolny.

CZWARTEK 22 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

godz. 11.00-11.40

AQUA SENIOR - zajęcia fitness w wodzie (opłata jedynie za wejście na basen).

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek -
organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 16.30-18.30

WARSZTATY KULINARNE SMACZNIE I ZDROWO – RÓŻNE SMAKI – pokaz połączony
z degustacją prowadzony przez Kuchmistrza i Seniorów – przewidziana słodka
niespodzianka. Liczba miejsc max. 25 os. – zadanie realizowane w ramach
Lokalnego Programu Mikrograntów (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum
Seniora).

MIEJSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE CZYTEL尼亚

godz. 18.00

SPOTKANIE AUTORSKIE Z MAGDALENĄ OKRASKĄ - dziennikarką i publicystką
(bezpłatne wejściówki w Dziale Zbiorów Audiowizualnych).

PIĄTEK 23 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

godz. 12:00

TURNIEJ W KRĘGLE. Kategorie dla kobiet i mężczyzn. Liczba miejsc ograniczona.

Zapisy do 22.09 do godziny 22:00, telefonicznie: 24 357 56 11 lub na miejscu.

Udział w turnieju bezpłatny!

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

Pl. MARSZ. J.PIŁSUDSKIEGO 18

lub DWOREK MODRZEWIOWY

godz. 10.00 – 17.00

KULTURALNY HAPPENING Z DZIADKAMI – organizator Stowarzyszenie Uniwersytet

Trzeciego Wieku – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu

Mikrograntów - wstęp wolny.

SOBOTA 24 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

SPACER EDUKACYJNY W PARKU TRAUGUTTA W KUTNIE

(poznajemy przyrodę i zasady pielęgnacji roślin)

godz. 10.00

- miejsce zbiórki – parking przed KDK.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 15.00 – 19.00

POKOLENIOWY PIKNIK INTEGRACYJNY – organizator Stowarzyszenie Pokolenia – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów – (bezpłatne wejściówki do odbioru w siedzibach organizacji senioralnych).

NIEDZIELA 25 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

KUTNOWSKI DOM KULTURY

ul. Żółkiewskiego 4

godz. 9.00

„TURNIEJ BRYDŻA SPORTOWEGO 60+” – sala tarasowa KDK - organizator Stowarzyszenie Edukacyjno – Sportowe Staszic Kutno - zapisy na miejscu od godz. 8.30.

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TAŃCA

ul. Teatralna 1

godz. 17.00

KONCERT MUSICALOWY „LATA DWUDZIESTE, LATA TRZYDZIESTE....” w wykonaniu MAŁGORZATY KUSTOSIK (bezpłatne wejściówki do odbioru w Centrum Seniora).

PONIEDZIAŁEK 26 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek -

organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

KUTNOWSKI DOM KULTURY

ul. Żółkiewskiego 4

godz. 11.00

SEANS FILMOWY „SZCZĘŚCIA CHODZĄ PARAMI” - polska komedia romantyczna – wstęp wolny.

WTOREK 27 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

GRZYBOBRANIE

godz. 6.00 – 12.00

- wyjazd autokarem do Duninowa – organizator wyjazdu - Biuro Podróży FullTravel zapewnia kawę, herbatę oraz kanapki. Zbiórka na parking przed marketem Carrefour (wejściówki w kwocie 10 zł na wyjazd do odbioru w siedzibie firmy ul. Wyszyńskiego 11 pok. 105).

MUZEUM REGIONALNE W KUTNIE

godz. 8.00 – 16.00

WYCIECZKA DO MUZEUM W NIEBOROWIE I ARKADII – zwiedzanie wnętrza i rezydencji pałacowej Radziwiłłów. (Liczba miejsc: 45, zbiórka na parking przed marketem Carrefour. Koszt wycieczki dla uczestnika 20 zł - w cenie: autokar, zwiedzanie z przewodnikiem, posiłek, ubezpieczenie (zapisy pod nr tel. 505 019 890).

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 10.30-11.30

JOGA DANCE – zajęcia jogi przy muzyce z wykorzystaniem krzeseł, liczba miejsc max.15os. (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

godz.16.30-18.30

WARSZTATY KULINARNE „Smacznie i zdrowo – różne smaki” – pokaz połączony z degustacją prowadzony przez Kuchmistrza i Seniorów – przewidziana słodka niespodzianka - zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów - liczba miejsc:25os. (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

MIEJSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE - CZYTEL尼亚

godz. 12.00

SPOTKANIE NT. ELEKTRONICZNYCH USŁUG ZUS – warsztaty przy użyciu komputerów (założenie PUE, wysyłanie wniosku do ZUS o przeliczenie emerytury, pobranie samodzielnie PIT, wygenerowanie poświadczenia o wysokości emerytury, zarezerwowanie wizyty w ZUS – spotkanie z przedstawicielami ZUS w Kutnie – liczba miejsc ograniczona - wstęp wolny.

godz. 13.00

SPOTKANIE AUTORSKIE Z MARLENĄ KLUK - artystką związaną z Kutnem (bezpłatne wejściówki w Dziale Zbiorów Audiowizualnych).

DWOREK MODRZEWIOWY

ul. Narutowicza 20

godz. 16.00

PROFILAKTYKA NOWOTWOROWA U KOBIET 50 +, NAUKA SAMOBADANIA PIERSI NA FANTOMIE spotkanie z lekarzem Mariolą Justyńską oraz pielęgniarką Dorotą Grabowską – organizator Stowarzyszenie Kutnowski Klub Amazonek – wstęp wolny.

ŚRODA 28 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

WYCIECZKA AUTOKAROWA

„WINNICA WITAJ SŁOŃCE W MNICHU”

godz. 9.30 – 13.30

Szczegółowe informacje i zapisy- organizator wyjazdu - Biuro Podróży Fulltravel.
Zbiórka na parkingu przed marketem Carrefour (wejściówki w kwocie 10 zł na wyjazd do odbioru w siedzibie firmy ul. Wyszyńskiego 11 pok. 105).

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 10.00 – 13.00

WARSZTATY MAKRAMY – LAMPIONY - liczba 15 osób (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

godz.16.30-18.30

WARSZTATY KULINARNE „Smacznie i zdrowo – różne smaki” – pokaz połączony z degustacją prowadzony przez Kuchmistrza i Seniorów – przewidziana słodka niespodzianka - zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów - liczba miejsc: 25 os. (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TAŃCA

ul. Teatralna 1

godz. 17.00

PODWIECZOREK Z WIESŁAWEM OCHMANEM - polskim śpiewakiem operowym, Kawalerem Orderu Uśmiechu (bilety w cenie 10 zł w kasie KDK i online).

CZWARTEK 29 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

godz. 11.00 – 11.50 - ZDROWY KRĘGOSŁUP - zajęcia na sali fitness (opłata - 2 zł)

Liczba miejsc ograniczona. Prosimy o zapisy do 28 września do godz. 22:00,

telefonicznie: 24 357 56 07 lub na miejscu.

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20

godz. 10.00-13.00

Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a

godz. 16.00 – 17.00

„POEZJA MALOWANA KOLORAMI” spotkanie poetyckie z Elżbietą Płochocką.

Organizator: Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów (liczba miejsc 50 – wstęp wolny).

KUTNOWSKI DOM KULTURY

ul. Żółkiewskiego 4

godz. 17.00

FESTIWAL DE AMORE – koncert z udziałem Zespołu Pieśni i Tańca Ziemi Kutnowskiej, Balcan Spirit Projekt, Duo Latino i Cuban Mix (bilety w cenie 10 zł dostępne od 16.09. w kasie KDK i online).

MIEJSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA

IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE - CZYTELNIĄ godz. 18.00 - SPOTKANIE AUTORSKIE Z AŁBENĄ GRABOWSKĄ, autorką ponad 20 książek, w tym cyklu „Stulecie Winnych” (bezpłatne wejściówki w Dziale Zbiorów Audiowizualnych).

PIĄTEK 30 września

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA

ul. Narutowicza 20 godz. 10.00-13.00 Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek - organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – wstęp wolny.

godz. 14.00 – 16.00

SPOTKANIE POETYCKIE prezentujące dorobek literacki słuchaczy Stowarzyszenia UTW w Kutnie – wstęp wolny.

KUTNOWSKI DOM KULTURY

ul. Żółkiewskiego 4 godz. 11.00 „Hej wesele, hej wesele...” - Każde pokolenie ma prawo do zabawy i radości – występ artystyczny Stowarzyszenia „Złoty Wiek” – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów połączony z prelekcją Policji nt. akcji „Bezpieczny Senior” (wejściówki są bezpłatne i dostępne od 16.09. w Centrum Seniora).

CENTRUM SENIORA

ul. Wyszyńskiego 11a godz. 16.00 – 20.00 „GDZIE TE PRYWATKI....?” zabawa taneczna liczba - osób ograniczona (wejściówki są bezpłatne i dostępne w Centrum Seniora).

MIĘDZYPOKOLENIOWE SPOTKANIE PRZY OGNISKU Z KUTNOWSKIMI HARCERZAMI LEŚNICZÓWKA W PSURZU K/KUTNA

godz. 16.30 - wyjazd autokaru – godz 16.00 parking za KDK. Organizator Hufiec ZHP Kutno (zapisy do dnia 27.09 pod nr tel. 730-800-757 lub email: ciesielska_aga@wp [dot] pl) - ilość miejsc ograniczona.

SOBOTA 01 października

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintona - 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

CENTRUM SENIORA

godz. 15.00 - MUZYCZNY GRILL. Spotkanie integracyjne – występ finalistki The Voice of Senior – Ewy Olszewskiej. Wejściówki w cenie 10 zł dostępne od 16.09. w kasie

KDK.

NIEDZIELA 02 października

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min.

- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintonu – 10 zł za 60 min.

godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)

- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

PL. WOLNOŚCI

godz. 11.30 - RAJD ROWEROWY Z OLIMPIJCZYKAMI z udziałem Tadeusza Mytnika i Mieczysława Nowickiego. Start i meta na Pl. Wolności. Zbiórka na Pl. Wolności o 11.30 (rozdanie kamizelek i wody), start godz 12.00.

CENTRUM SENIORA

godz. 15.00 - MUZYCZNY GRILL. Spotkanie integracyjne – występ finalistki The Voice of Senior – Ewy Olszewskiej. Wejściówki w cenie 10 zł dostępne od 16.09. w kasie KDK.

W DNIACH 18.09 – 02.10.2022 r.

AQUAPARK KUTNO

godz. 8.00 – 17.00

- strefa basenów i saun – 2 zł za 70 min
- wynajęcie kortu do gry w squasha/badmintonu – 10 zł za 60 min.
godz. 14.00 – 17.00 (w weekendy 10.00 - 17.00)
- wynajęcie toru do gry w kręgle dla max. 6 osób – 10 zł za godzinę za tor.

NIEDZIELA 18 września

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TANCA / ul. Teatralna 1
godz. 18.00
KONCERT „MOJA ALABAMA” w wykonaniu Pauliny Wróblewskiej wraz z zespołem - **WSTĘP WOLNY**

PONIEDZIAŁEK 19 września

GRZYBOBRANIE / godz. 6.00 – 12.00
wyjazd autokarem do Huty Zaborowskiej – organizator wyjazdu: **Biurow Podróży FullTravel** zapewnia kawę, herbatę oraz kanapki. Zbiórka na parking przed marketem Carrefour – **WEJŚCIE WOLNE W KINIE: 10 ZŁ NA WYJAZD DO ODOBÓRU W SZCZĘŚCIE FRONY UL. WYSZYŃSKIEGO 11 POK. 105**

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20 / godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a
godz. 10.00 – 14.00
TWÓRCZOŚĆ NIE ZNA WIEKU - WARSZTAT MALOWANIA INTUITYWNEGO
- malowanie intuicyjne to technika, która pozwala oderwać się od trosk życia codziennego i tworzyć to, co gra w duszy – organizator Muzeum Regionalne w Kutnie. Warsztaty prowadzi psycholog, arteterapeuta - Ola Wołoszyn – **WSTĘP WOLNY, LICZBA MIEJSC OGRANICZONA**

MIEJSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE
godz. 17.00
„**SZESĆ DEKAD ROCK’N’ROLLA**”, projekcja filmu o legendarnym zespole The Rolling Stones w reż. Martina Scorsese – sala audio - **WSTĘP WOLNY**

WTOREK 20 września

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20 / godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a / godz. 10.30–11.30
JOGA DANCE – zajęcia jogi przy muzyce z wykorzystaniem krzesel, liczba miejsc max. 15os. – **WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

godz. 11.30
„**SPOTKAMY SIĘ BY POROZMAWIAĆ O ... EMERYTURACH**” – spotkanie z przedstawicielami ZUS w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TANCA

IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE / ul. Teatralna 1
godz. 17.00
„**MUZYCZNE POPOŁUDNIE Z AKORDEONEM**” Spotkanie muzyczne – znane melodie na akordeon – **WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

ŚRODA 21 września

POLSKI ZWIĄZEK WĘDKARSKI KOŁO NR 109 „METALURG” KUTNO
godz. 7.00 – 16.00
ZAWODY WĘDKARSKIE „AKTYWNY SENIOR WĘDKUJE”
Miejsce zawodów: ZALEW Stowarzyszenia Wędkarskiego, ul. Narutowicza 47 w Kutnie. Zapisy: Sklep Wędkarski ARA, ul. Narutowicza 8 lub tel. 531 373 202 – **ŁÓŻE MIEJSC OGRANICZONA, REGULAMIN ZAWODÓW DOSTĘPNY NA STRONACH WWW.METALURG.WEDKARZE.PL LUB WWW.KOLO109.OMTOW.PL**

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20
godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

WYCIĘCZKA LONDYŃSKIM AUTOKAREM Z PREZYDENTEM MIASTA PO STREFIE PRZEMYSŁOWEJ W KUTNIE
godz. 10.00
Zbiórka uczestników – przed KDK o godz. 10.00. Zapisy i odbiór wejściówek w Wydziale Kultury Promocji i Rozwoju Miasta Urzędu Miasta Kutno pok. 410 lub 415, tel. 24 253 12 51, 24 253 11 23 do dnia 19.09.22s. – **ŁÓŻE MIEJSC OGRANICZONA**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a
godz. 10.00 – 13.00
WARSZTATY MAKRAŁY – LAMPIONY - liczba 15 osób
– **WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**
godz. 18.00 – 19.30
TRENING POKAZOWY STOWARZYSZENIA PROMOCJI ZDROWIA QIGONG LECĄCY ŻURAW – TAI CHI – **WSTĘP WOLNY**

CZWARTEK 22 września

AQUAPARK KUTNO
godz. 11.00–11.40
AQUA SENIOR – zajęcia fitness w wodzie – **OPŁATA, JEDYNE ZA WEJŚCIE NA BAZEN**

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20 / godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a
godz. 16.30–18.30
WARSZTATY KULINARNE SMACZNIE I ZDROWO – RÓŻNE SMAKI pokaz połączonej z degustacją prowadzony przez Kuchniarza i Seniorów – przewidziana słodka niespodzianka. Liczba miejsc max. 25 os. zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów – **WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

MIEJSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE. CZYTELNIKA
godz. 18.00
SPOTKANIE AUTORSKIE Z MAGDALENĄ OKRAKĄ – dziennikarką i publicystką – **BEZPŁATNE WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

PIĄTEK 23 września

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20 / godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

PI. MARSZ J. PIŁSUDSKIEGO 18
lub **DWOREK MODRZEWIOWY**
godz. 10.00 – 17.00
KULTURALNY HAPPENING Z DZIADKAMI – organizator Stowarzyszenie Uniwersytet Trzeciego Wieku – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów – **WSTĘP WOLNY**

AQUAPARK KUTNO
godz. 12.00
TURNIJ W KRĘGLE. Kategorie dla kobiet i mężczyzn. Liczba miejsc ograniczona. Zapisy do 22.09 do godziny 22.00, telefonicznie: 24 357 56 11 lub na miejscu – **WOLNE W TURNIJU I BEZPŁATNE**

SOBOTA 24 września

SPACER EDUKACYJNY W PARKU TRAUĞUTTA W KUTNIE (poznamy przyrodę i zasady pielęgnacji roślin)
godz. 10.00
– **MIEJSCE ZBIÓROU – PARKING PRZED KDK**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a
godz. 15.00 – 19.00
POKOŁENIOWY PIKNIK INTEGRACYJNY – organizator Stowarzyszenie Pokolenia – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów – **BEZPŁATNE WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

NIEDZIELA 25 września

KUTNOWSKI DOM KULTURY / ul. Żółkiewskiego 4 / godz. 9.00
TURNIJ I BRYDŻA SPORTOWEGO 60+ – sala taneczna KDK, organizator Stowarzyszenie Edukacyjno – Sportowe Staszic Kutno – **ZAPISY NA MIEJSCA OD GODZ. 8.30**

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TANCA
ul. Teatralna 1
godz. 17.00
KONCERT MUSICALOWY „LATA DWUDZIESTE, LATA TRZYDZIESTE...” w wykonaniu MAŁGORZATY KUSTOSIK – **BEZPŁATNE WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

PONIEDZIAŁEK 26 września

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20
godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

KUTNOWSKI DOM KULTURY
ul. Żółkiewskiego 4
godz. 11.00
SEANS FILMOWY „SZCZĘŚCIE CHODZA PARAMI” - polska komedia romantyczna – **WSTĘP WOLNY**

WTOREK 27 września

GRZYBOBRANIE
godz. 6.00 – 12.00
– wyjazd autokarem do Duninowa – organizator wyjazdu: **Biurow Podróży FullTravel** zapewnia kawę, herbatę oraz kanapki. Zbiórka na parking przed marketem Carrefour – **WEJŚCIE WOLNE W KINIE: 10 ZŁ NA WYJAZD DO ODOBÓRU W SZCZĘŚCIE FRONY UL. WYSZYŃSKIEGO 11 POK. 105**

MUZEUM REGIONALNE W KUTNIE
godz. 8.00 – 16.00
WYCIĘCZKA DO MUZEUM W NIEBOROWIE I ARKADII – zwiedzanie wnętrz i rezydencji pałacowej Radziwiłłów. (Liczba miejsc: 45, zbiórka na parking przed marketem Carrefour. Koszt wycieczki dla uczestnika 20 zł - w cenie: autokar, zwiedzanie z przewodnikiem, posiłek, ubezpieczenie – **ZAPISY POD NITEL. 505 019 989**

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
ul. Narutowicza 20
godz. 10.00–13.00
Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM SENIORA
ul. Wyszyńskiego 11a
godz. 10.30–11.30
JOGA DANCE – zajęcia jogi przy muzyce z wykorzystaniem krzesel, liczba miejsc max. 15os. – **WEJŚCIE WOLNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

cd. WTOREK 27 września
MIĘSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE - CZYTELNIĄ
godz. 12.00
SPOTKANIE IT. ELEKTRONICZNYCH USŁUG ZUS – warsztaty przy użyciu komputerów (założenie PE, wysyłanie wniosku do ZUS o przeliczenie emerytury, pobranie samodzielnie PIT, wygenerowanie potwierdzenia o wysokości emerytury, zarezerwowanie wizyty w ZUS – spotkanie z przedstawicielami ZUS w Kutnie – **LICZBA MIEJSC OGRANICZONA** – **WSTĘP WOLNY**
godz. 13.00
SPOTKANIE AUTORSKIE Z MARLENĄ KLUK – artystką związaną z Kutnem – **BEZPŁATNE WEJŚCIE WYŁĄCZAJĄC DZIECI**

DWOREK MODRZEWIOWY / ul. Narutowicza 20 / **godz. 16.00**
PROFILAKTYKA NOWOTWOROWA U KOBIET 50+, NAUKA SAMODZIELNEJ PIERŚCI NA FANTOMIE spotkanie z lekarzem Mariolą Justyną oraz pielęgniarką Dorotą Grabowską – organizator Stowarzyszenie Kutnowski Klub Amazonki – **WSTĘP WOLNY**

ŚRODA 28 września

WYCIECZKA AUTOKAROWA
„WINNICA WITAJ SŁOŃCE W MNICHU”
godz. 9.30 - 13.30
 Szczegółowe informacje i zapisy – organizator wyjazdu – **Biurowo Podróży FullTravel**. Zbiórka na parking przed marketem Carrefour – **WEJŚCOWO W CENIE 10 ZŁ NA WYJAZD DO ODBIORU W SIEDZIBIE FIRMY UL. WYSZYŃSKIEGO 11 POK. 105**

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
 ul. Narutowicza 20 / **godz. 10.00-13.00**
 Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a / **godz. 10.00 – 13.00**
WARSZTATY MAKRAMY – LAMPIONY – liczba 15 osób – **WEJŚCOWO SĄ BEZPŁATNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**
godz. 16.30-18.30
WARSZTATY KULINARNE „Smacznie i zdrowo – różne smaki” – pokaz połączony z degustacją prowadzony przez Kuchmistrza i Seniorów – przewidziana słodka niespodzianka – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów – liczba miejsc: 25 os. – **WEJŚCOWO SĄ BEZPŁATNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

CENTRUM TEATRU MUZYKI I TANCA / ul. Teatralna 1 / **godz. 17.00**
PODWIECZOREK Z WIESŁAWEM OCHMANEM – światowej sławy śpiewak operowy (tenor) dziedzic Krystiana Ochmana – **BILETY W CENIE 10 ZŁ W KASIE KDK I ONLINE**

CZWARTEK 29 września

AQUAPARK KUTNO / **godz. 11.00 – 11.50**
ZDROWY KRĘGOSŁUP – zajęcia na sali fitness (opłata – 2 zł) Liczba miejsc ograniczona. Prosimy o zapisy do 28 września do godz. 22.00, telefonicznie: 24 357 56 07 lub na miejscu.

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
 ul. Narutowicza 20 / **godz. 10.00-13.00**
 Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a / **godz. 16.00 – 17.00**
„POEZJA MALOWANA KOLORAMI” spotkanie poetyckie z Elżbietą Plochą. Organizator: Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów – liczba miejsc 50 – **WSTĘP WOLNY**

KUTNOWSKI DOM KULTURY / ul. Żółkiewskiego 4 / **godz. 17.00**
FESTIWAL DE AMORE – koncert z udziałem Zespołu Pieśni i Tańca Ziemi Kutnowskiej, Bałcan Spirit Projekt, Duo Latino i Cuban Mix – **BILETY W CENIE 10 ZŁ DOSTĘPNE OD 16.00 W KASIE KDK I ONLINE**

MIĘSKA I POWIATOWA BIBLIOTEKA PUBLICZNA
IM. STEFANA ŻEROMSKIEGO W KUTNIE - CZYTELNIĄ
godz. 18.00
SPOTKANIE AUTORSKIE Z ALBENĄ GRABOWSKĄ, autorką ponad 20 książek, w tym cyklu „Stulecie Winnych” (bezpłatne wejściówki w Dziale Zbiorów Audiovizualnych).

PIĄTEK 30 września

DWOREK MODRZEWIOWY – KAWIARENKA DLA SENIORA
 ul. Narutowicza 20 / **godz. 10.00-13.00**
 Seniorze, w kawiarence spędzisz miło czas – kawa, herbata, słodki poczęstunek – organizator Stowarzyszenie UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**
godz. 14.00 – 16.00
SPOTKANIE POETYCKIE prezentujące dorobek literacki słuchaczy Stowarzyszenia UTW w Kutnie – **WSTĘP WOLNY**

KUTNOWSKI DOM KULTURY / ul. Żółkiewskiego 4 / **godz. 11.00**
„Hej wesele, hej wesele...” – Każde pokolenie ma prawo do zabawy i radości – występ artystyczny Stowarzyszenia „Złoty Wiek” – zadanie realizowane w ramach Lokalnego Programu Mikrograntów połączony z prelekcją Policji nt. akcji „Bezpieczny Senior” – **WEJŚCOWO SĄ BEZPŁATNE I DOSTĘPNE OD 16.00 W CENTRUM SENIORA**

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a / **godz. 16.00 – 20.00**
„GODZIE PRYMATKI...” – zabawa taneczna – liczba osób ograniczona – **WEJŚCOWO SĄ BEZPŁATNE I DOSTĘPNE W CENTRUM SENIORA**

MIEDZYPOKOLENIOWE SPOTKANIE PRZY OGNISKU Z KUTNOWSKIMI HARCERZAMI LEŚNICZÓWKĄ W PSURZU KUTNIA / **godz. 16.30**
 wyjazd autokarowy – godz. 16.00 parking za KDK. Organizator Hufiec ZHP Kutno (zapisy do dnia 27.09 pod nr tel. 730-800-757 lub email: ciesielska_aga@wp.pl) – **LICZBA MIEJSC OGRANICZONA**

SOBOTA 01 października

CENTRUM SENIORA / ul. Wyszyńskiego 11a / **godz. 15.00**
MUZYCZNY GRILL Spotkanie integracyjne – występ finalistki The Voice of Senior – Ewy Olszewskiej – **WEJŚCOWO W CENIE 10 ZŁ DOSTĘPNE OD 16.00 W KASIE KDK**

NIEDZIELA 02 października

PL. WOLNOŚCI / **godz. 11.30**
RAJD ROWEROWY Z OLIMPIJCYKAMI z udziałem Tadeusza Mytnika i Mieczysława Nowickiego. Start i meta na Pl. Wolności. Zbiórka na Pl. Wolności o 11.30 (rozdanie kamizelek i wody), start godz. 12.00.

CENTRUM SENIORA
godz. 15.00
MUZYCZNY GRILL Spotkanie integracyjne – występ finalistki The Voice of Senior – Ewy Olszewskiej – **WEJŚCOWO W CENIE 10 ZŁ DOSTĘPNE OD 16.00 W KASIE KDK**

PAWILON WYSTAWIENNICZY PL. WOLNOŚCI
19.09 – 01.10.2022 r.
 Wystawa fotograficzna „Nawet jak neuronom wyłączy się światło” autorstwa Natalii Bąk. (Nie)zwykła historia młodego blasku w oczach Seniorów.

ORGANIZATORZY: PREZYDENT MIASTA KUTNA
 INSTYTUCJE I ORGANIZACJE POZARZĄDOWE DZIAŁAJĄCE NA RZECZ SENIORÓW



www.um.kutno.pl lub **www.ngo.kutno.pl**

PREZYDENT MIASTA KUTNA
 I SENIORZY ZAPRASZAJĄ NA:

KUTNOWSKIE DNI SENIORA



**18 WRZEŚNIA
 – 02 PAŹDZIERNIKA
 2022 r.**

DO UDZIAŁU W W/W IMPREZACH ZAPRASZAMY
OSOBY W WIEKU „60+”
 ORAZ WSZYSTKIE OSOBY POSIADAJĄCE
 LEGITYMACJĘ EMERYTĄ.

PREZYDENT MIASTA KUTNA I SENIORZY ZAPRASZAJĄ NA:

KUTNOWSKIE DNI SENIORA

18 WRZEŚNIA - 02 PAŹDZIERNIKA 2022 r.



- GRZYBOBRANIA
- WYCIEZKI AUTOKAROWE
- ZABAWY TANECZNE
- KAWIARENKA DLA SENIORA
- SEANS FILMOWY
- WYSTĘPY ARTYSTYCZNE
- WARSZTATY
- ZAJĘCIA SPORTOWE
- PIKNIKI
- CYKL SPOTKAŃ W BIBLIOTECIE

KONCERT
pt. „Moja Alabama”
Paulina Wróblewska
z zespołem



FESTIWAL DE AMORE
z udziałem Zespołu
Pieśni i Tańca Ziemi Kutnowskiej,
Balcan Spirit Projekt,
Duo Latino i Cuban Mix

Więcej informacji w ulotkach oraz na stronach www.um.kutno.pl oraz www.ngo.kutno.pl



Stowarzyszenie
Złoty Wiek



- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Pozostałe aktualności](#)[Archiwum aktualności](#)