

Łączymy Pokolenia - rodzinny piknik zdrowotno-



W sobotę 6 września 2025 r. Plac Cyrkowy na toruńskim Rubinkowie zamieni się w tętniące życiem miejsce spotkań mieszkańców w każdym wieku w ramach rodzinnego pikniku zdrowotno-ekologicznego.

Na terenie tzw. Placu Cyrkowego zostaną utworzone 4 strefy, które torunianie będą mogli odwiedzać w godz. 9:00-16:00. W nich znajdzie się ponad 50 punktów z atrakcjami dla mieszkańców w każdym wieku. Podczas wydarzenia integracyjno-zdrowotnego „Łączymy Pokolenia” nie zabraknie atrakcji, które połączą wartości ekofilozofii z energią IX Toruńskiej Senioriady, która stanowić będzie istotny punkt tego dnia.

- Senioriada to niezwykle wydarzenie, które pokazuje, jak wielką siłą naszego miasta są jego mieszkańcy w każdym wieku. Toruń jest wspólnotą pokoleń - i właśnie podczas takich spotkań możemy zobaczyć, jak wiele możemy sobie nawzajem dać: doświadczenia, energii i radości. Cieszę się, że Senioriada od lat inspiruje, integruje i promuje zdrowy, aktywny styl życia. Dziękuję wszystkim organizatorom i partnerom

*za stworzenie tej przestrzeni, a seniorom – za to, że swoją aktywnością i pasją dodają Toruniowi energii i koloru. Życzę wszystkim uczestnikom pięknych chwil i satysfakcji ze wspólnego świętowania - mówi **Dagmara Zielińska, z-ca Prezydenta Miasta Torunia.***

W **Strefie Zdrowia** uczestnicy wydarzenia będą mogli **bezpłatnie** zbadać: płuca, kości, serce, słuch oraz całkowicie **za darmo**:

- zmierzyć poziom glikemii i kwasu moczowego, zmierzyć ciśnienie krwi,
- oznaczyć witaminę D,
- zrobić test na HCV,
- wykonać test sprawności motorycznej pod okiem fizjoterapeuty oraz badania USG wykonywane przez lekarza traumatologa - ortopedę,
- skorzystać z porady psychologa, farmaceuty oraz z działań edukacyjnych w zakresie profilaktyki uzależnień od alkoholu i substancji psychoaktywnych.

Będzie można również oddać krew w Krwiobusie.

Strefa Ruchu to miejsce, które zachęci uczestników do podjęcia wybranej i ulubionej aktywności fizycznej. To tu dowiedzą się o wspólnych ciekawych inicjatywach jak wyprawa tzw. Szlakiem Jakubowym do Santiago de Compostela czy propozycjach od Rady Seniorów, Kręgu Instruktorów i Starszyny „Orbita” oraz Toruńskiego Związku Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej. Jak zawsze będzie można pospacerować z kijkami i uczestniczyć w instruktażu nordic walking wraz z m.in. Toruńskimi Włóczykijami. Toruńskie Schronisko Dla Bezdomnych Zwierząt zachęci do jednej z przyjemniejszych aktywności fizycznych – spacerów z psiakami. A może ktoś znajdzie przyjaciela, którego zaadoptuje? Będzie można jak zawsze dać do przeglądu swój rower i porozmawiać z ekspertami. Nie zabraknie również zumby, gry w bule i tai-chi. Dzieci z kolei będą mogły wyszaleć się na przygotowanych dmuchańcach i zabawach w terenie.

Strefa Ekologii to raj dla osób kochających przyrodę i oddychanie pełną piersią. Będzie mnóstwo warsztatów aktywujących wszystkie nasze zmysły i edukacyjne zielarskie spacery po pobliskim lesie, który również razem posprzątamy. Warsztaty strugania czy obserwacja owadów to kolejne aktywności, które mogą zainteresować każdego.

Strefa Relaksu z kolei to miejsce spotkań z ciekawymi ludźmi i interesującymi działaniami jak: tworzenie gazetki okolicznościowej na żywo, wymiana książek przy

wspierciu Książnicy Kopernikańskiej. Balneoklinika St. George Hotel Uzdrowskiowy z Ciechocinka zaprosi na inspirujące spotkania jak seanse psychoedukacji oraz masaż relaksacyjny, a jak spożytkować czas miło i konstruktywnie pokażą nam przedstawiciele Kamienicy Inicjatyw oraz Toruńskiego Centrum Usług Społecznych. Z przedstawicielami Toruńskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku chętni namalują swoje obrazy. Dzieci na pewno nie będą nudzić się przy stanowiskach kreatywno-sensorycznych czy bawiąc się w fotobudce i biorąc udział w konkursach.

To właśnie **Senioriada** – wydarzenie od lat realizowane przez Fundację NEUCA dla Zdrowia przy finansowym wsparciu Gminy Miasta Toruń – będzie najważniejszym elementem pikniku.

- Senioriada to coś więcej niż wydarzenie. To przestrzeń, w której seniorzy są w centrum uwagi – jako aktywni, zaangażowani i potrzebni. To właśnie ich obecność i energia wyznaczą rytm całemu wydarzeniu „Łączymy Pokolenia” – mówi
Bogusława Golus-Jankowska, prezes zarządu Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

W sercu całego wydarzenia na naszej scenie wystąpi lubiana przez toruńską społeczność Grażyna Rutkowska-Kusa w akompaniamencie Krzysztofa Zaremby. Na gości czekają występy artystyczne, zajęcia gimnastyczne, tai - chi i zumba, pokazy np. pierwszej pomocy oraz prelekcje m.in. o cyberbezpieczeństwie czy poczuciu sensu życia w każdym wieku.

Całemu przedsięwzięciu będzie towarzyszyć przyjemna muzyka, a na zakończenie spotkania organizator zaprasza na potańcówkę.

Organizatorzy zapewniają, że tegoroczna formuła, łącząca w sobie sprawdzoną jakość wydarzenia zdrowotnego oraz ducha integracji, jaki od lat towarzyszy Senioriadzie, da nam wszystkim jeszcze więcej radości i będzie prawdziwym świętem pokoleń. – *Wierzimy, że zdrowie i integracja społeczna nie mają metryki. Dlatego w jedno miejsce i czas zapraszamy dzieci, młodzież, dorosłych i seniorów, by wspólnie się uczyć, bawić i dbać o siebie nawzajem – podkreśla Aleksandra Wituła,*
wiceprezes Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

Wszystkie atrakcje dla wszystkich są bezpłatne i dostępne bez rejestracji. To doskonała okazja, by wyjść z domu, spędzić czas z najbliższymi i zadbać o zdrowie – swoje i innych.

Więcej o wydarzeniu na: laczymypokolenia.neuca.pl

Organizatorem wydarzenia IX Senioriada - „Łączymy Pokolenia” jest Fundacja NEUCA dla Zdrowia. Działanie realizowane jest w oparciu o dotację/wsparcie Gminy Miasta Toruń.

Organizatorem Rodzinnego Pikniku Zdrowotno-Ekologicznego jest Grupa NEUCA.

Kliknij, aby powiększyć



- [Powrót](#)
- [Udostępnij na: X](#)
- [Udostępnij na: FB](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)