

# Nowe strefy i jeszcze więcej atrakcji. 6 Targi Pracy i Aktywności Seniorów

03.10.2024



Barbara  
Bałka

AUTOR

**Jedno z najważniejszych wydarzeń dedykowanych seniorom powraca pod nową nazwą i z nowymi pomysłami na aktywne spędzanie czasu na emeryturze. W tym roku udział w wydarzeniu weźmie rekordowa liczba ponad 200 wystawców. Nie zabraknie nowych stref, atrakcji oraz gwiazd, które będą zachęcać do działania w różnych obszarach. Targi Pracy i Aktywności Seniorów odbędą się już 17 października w AMBEREXPO, start o godzinie 10:00. Wstęp jest bezpłatny.**

**Festiwal Pracy i Aktywności Seniorów od pięciu lat z powodzeniem zachęcał dojrzałych mieszkańców Trójmiasta do aktywnego stylu życia. Od tego roku wydarzenie przyjmuje nową nazwę – Targi Pracy i Aktywności Seniorów, ale jego misja pozostaje niezmienną. To jednak nie koniec nowości. Tegoroczna edycja**

oferuje jeszcze więcej atrakcji, rekordową liczbę wystawców oraz nowe strefy, a najważniejsza z nich będzie poświęcona zagadnieniom związanym z pracą.

### **Po pracę na emeryturze**

W **Strefie Pracy** zasiądzie łącznie 40 wystawców poszukujących przyszłych pracowników. Wśród pracodawców znajdują się m.in.: Ergo Hestia, Lidl, Selgros, Avon, Majaland, Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad czy Atlanta Poland. Zaproponują oni ponad 600 ofert zatrudnienia w różnym wymiarze czasu pracy. Nie zabraknie propozycji w zawodzie elektryka, hydraulika, opiekuna klienta, nauczyciela, kierowcy, rejestratora medycznego, specjalisty obsługi klienta, testera kosmetyków, ogrodnika czy sprzedawcy. Ściśle związana z tą strefą będzie też pierwsza z tegorocznych nowości.

### **Wypracuj pomysł na siebie**

W **Strefie Rozwoju Osobistego** będzie można m.in. porozmawiać o karierze z doradcą zawodowym, wykonać zdjęcie do CV, a także skonsultować dokumenty aplikacyjne przed spotkaniem z pracodawcą. Także tutaj czekać będą warsztaty i szkolenia zawodowe, bogata oferta kursów językowych czy porady dotyczące bezpiecznego poruszania się po internetowym świecie. Specjalną ofertę przygotowało też Centrum Rozwoju Talentów, które zaprosi seniorów m.in. do ćwiczeń rozwijających funkcje poznawcze.

### **Zadbaj o zdrowie, aby pozostać aktywnym**

O zdrowie warto dbać w każdym wieku. W sposób szczególny dotyczy to seniorów, którzy na targach znajdą bogatą ofertę wystawienniczą. Będzie ona uwzględniać m.in. możliwość spotkania się ze specjalistami z zakresu: dietetyki, fizjoterapii, stomatologii, logopedii oraz diabetologii. W **Strefie Zdrowia** nie zabraknie też bezpłatnych badań w busach medycznych m.in.: mammobusie, zaćmibusie, słuchobusie, kardiobusie i wielu innych. Ważnym uzupełnieniem oferty będą wskazówki i porady psychologiczne oraz prawne od specjalistów Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Gdańsku. W punkcie informacyjnym MOPR osoby starsze dowiedzą się o dostępnym wsparciu finansowym, żywnościowym, rzeczowym, a także o usługach opiekuńczych i projektach aktywizujących. Z kolei Szpitale Pomorskie zaoferują badanie poziomu glukozy, ciśnienia krwi, doradzą w zakresie problemów wymagających fizjoterapii oraz udzielą bezpłatnych konsultacji i porad psychologicznych z zakresu zdrowia psychicznego seniorów.

## **Wyglądaj dobrze, czuj się dobrze!**

O swoje ciało będzie można również zadbać w **Strefie Mody i Urody**, tu jak zawsze będą czekać na seniorów m.in.: wizażyści, masażyści, fryzjerzy i makijażyści. Instytut Urody Abacosun zaprezentuje bogatą ofertę zabiegów pielęgnacyjnych, które nie tylko poprawią wygląd skóry, ale także przyczynią się do lepszego samopoczucia. Dodatkowo doświadczeni kosmetolodzy doradzą, w jaki sposób zadbać o urodę na co dzień uwzględniając indywidualne potrzeby i styl życia. Coś dla siebie znajdą również panowie. Buongiorno Barber Shop zaoferuje cały pakiet usług barberskich, w tym modne cięcia, dostosowane do indywidualnych rysów twarzy i wizerunku każdego mężczyzny. Z kolei Perfume Craft zaprezentuje wyjątkowe kompozycje zapachowe inspirowane naturą i roślinami.

## **Trudne sprawy? Z nami rozwiążesz każdy problem**

Tutaj eksperci doradzać będą na temat prawa spadkowego i procesu przechodzenia na emeryturę. Wśród wystawców w **Strefie Przydatnych Informacji** będą też funkcjonariusze Policji i Straży Miejskiej, którzy wyjaśnią, jak ustrzec się przed oszustwami. Pracownicy Narodowego Funduszu Zdrowia z kolei omówią zasady korzystania ze świadczeń podstawowej opieki zdrowotnej, a także będą zachęcać do korzystania z aplikacji NFZ: Akademia NFZ i Moje Fizjo Plus.

## **Ruch w każdym wieku**

Druga z tegorocznych nowości to idealne miejsce dla osób, które pragną nie tylko poprawić swoją kondycję fizyczną, ale także odkryć nowe, inspirujące formy ruchu. W **Strefie Aktywności** każdy będzie miał wyjątkową okazję, aby spróbować różnorodnych zajęć prowadzonych na parkiecie, które pomogą zadbać o formę i zyskać więcej energii. Z bliska będzie można podejrzeć pokaz tańca country, a także wziąć udział w zumbie gold. Amatorów rywalizacji z pewnością ucieszy możliwość zagrania w szachy oraz tenisa stołowego. Natomiast z myślą o zdrowym kręgosłupie, trener medyczny Krystyna Dwórzniak poprowadzi specjalistyczne zajęcia, skupiające się na korygowaniu postawy i wzmacnianiu mięśni. Pomogą one zminimalizować dolegliwości bólowe i utrzymać prawidłową postawę.

## **Odпочywaj aktywnie!**

Ostatnia ze stref poświęcona będzie relaksowi i rozrywce. Harmonogram zbliżających się wydarzeń zaprezentuje m.in. Opera Bałtycka i Teatr Wybrzeże, a Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna przedstawi swoje najciekawsze

książki. W **Strefie Wolnego Czasu** uwagę gości z pewnością przyciągnie wystawa obrazów zaprezentowana przez Galerię Blik, a warsztaty malowania na wodzie, linorytniczne, artystyczne czy też plecenia makramy z pewnością pobudzą wyobraźnię każdego seniora. Na pasjonatów przeszłości czekać będą Opowiadacze Historii, którzy wspólnie z seniorami dzielić się będą tą znaną i mniej znaną historią Gdańska. Odwiedzając strefę nie wolno zapomnieć o fotobudce, gdzie każdy będzie mógł wykonać pamiątkowe zdjęcie. Uczestnicy będą mieli również okazję skorzystać z bogatej oferty gastronomicznej, w której można spróbować m.in. potraw z jesiennego grilla.

Do pozostawania aktywnym zachęcać będą też znane postacie polskiej sceny rozrywkowej. **Jerzy Kryszak**, ceniony artysta kabaretowy, na swój wyjątkowy sposób podzieli się refleksjami na temat roli seniorów w środowisku zawodowym, ukazując ich siłę i wartość w miejscu pracy. Do wspólnego gotowania zaprosi **Pascal Brodnicki**, który w dynamicznym pokazie kulinarnym zapewni nie tylko rozrywkę, ale również praktyczne porady. Natomiast muzyczne emocje zagwarantuje **Regina Rosłaniec Bavcevic**, czyli zwyciężczyni piątej edycji „The Voice Senior”. Swoimi aranżacjami znanych i lubianych utworów wprowadzi wyjątkową atmosferę. Targowy finał należeć będzie jednak do gwiazdy polskiej estrady – **Haliny Frąckowiak**, która na żywo zaśpiewa swoje najpopularniejsze przeboje.

**Targi Pracy i Aktywności Seniorów odbędą się 17 października 2024 r. w AMBEREXPO, wydarzenie rozpocznie się o godz. 10:00 i potrwa do 16:00.**

Organizatorem przedsięwzięcia jest Gdański Urząd Pracy, a jego partnerem strategicznym Gdańska Agencja Rozwoju Gospodarczego. Patronat honorowy nad Targami sprawują: Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Minister ds. Seniorów, Minister ds. Społeczeństwa Obywatelskiego oraz Wojewoda Pomorska. Patronat medialny nad wydarzeniem objęły redakcje portalu [trojmiasto.pl](http://trojmiasto.pl), Dziennika Bałtyckiego oraz TVP Gdańsk.

Więcej informacji można znaleźć na stronie internetowej [www.festiwalaktywnosci.pl](http://www.festiwalaktywnosci.pl)