**Centrum Inicjatyw Senioralnych poleca wydarzenia**

* ul. Mielżyńskiego 24, od poniedziałku do piątku w godz. 8-16
* tel. 61 847 21 11, 61 842 35 09, www.centrumis.pl, centrum@centrumis.pl

**„Senioralny Poznań”.** Miesięcznik informacyjny, skierowany do poznańskich seniorek i seniorów. Wydawany przez Wydawnictwo Miejskie Posnania we współpracy z Centrum Inicjatyw Senioralnych oraz Miejską Radą Seniorów. W każdym numerze miesięcznika ukazuje się Tytka Seniora, w którym można znaleźć informacje na temat oferty poznańskich instytucji i firm skierowanej do seniorów. Gazety można odbierać w CIS oraz innych punktach dystrybucyjnych.

**Kawka Bis.** Spotkania poświęcone możliwości pozyskania dofinansowania na zmianę sposobu ogrzewania w ramach programu Kawka Bis, Czyste Powietrze oraz Ciepłe Mieszkanie. Najbliższe spotkanie: 16.01, godz. 12, obowiązują zapisy tel. 61 847 21 11 lub osobiście w siedzibie CIS.

**Wolontariat stały w CIS.** Centrum Inicjatyw Senioralnych poszukuje wolontariuszek i wolontariuszy, którzy będą docierać z informacją o ofercie miejskiej do osób 60 + mieszkających w Poznaniu oraz będą stanowić wsparcie w podejmowanych przez Centrum działaniach. Wolontariat przeznaczony dla osób pełnoletnich. Szczegóły i zgłoszenia: tel. 61 842 35 09 lub osobiście w CIS.

**OK Poznań Poznańska Złota Karta.** Aby móc korzystać ze zniżek dla seniorów należy wyrobić kartę. W tym celu należy udać się do Poznańskiego Centrum Świadczeń przy ul. Wszystkich Świętych 1, uprzednio umawiając się na wizytę w jednostce miejskiej poprzez infolinię Poznań Kontakt, tel. 61 646 33 44. Aby wyrobić kartę potrzebny jest ważny dowód osobisty oraz wniosek, który można wypełnić na miejscu.

**Stacjonarne konsultacje cyfrowe.** Nauka obsługi smartfonu, tableta lub laptopa, a także wyszukiwania informacji w internecie czy korzystania z internetowych komunikatorów. Spotkania trwają 45 min (można odbyć maksymalnie 5 takich spotkań w roku kalendarzowym), odbywają się w siedzibie CIS przy ul. Mielżyńskiego 24, obowiązują zapisy tel. 61 847 21 11 lub osobiste w CIS.

**Bezpłatne porady prawne w Centrum Inicjatyw Senioralnych.** Indywidualne porady udzielane przez adwokatów z Okręgowej Rady Adwokackiej w Poznaniu. Spotkania są bezpłatne i odbywają się w drugi wtorek miesiąca o godz. 14 i 14.30 oraz w czwarty wtorek miesiąca o godz. 9 i 9.30. Porady są dostępne od stycznia. Zapisy: tel. 61 842 35 09 lub osobiście w CIS.

**Telefoniczne i stacjonarne dyżury policjantów dla seniorów.** Policjanci z KWP w Poznaniu udzielają informacji na temat zagrożeń, z jakimi seniorzy mogą spotkać się w życiu codziennym. Dyżury odbywają się w każdy wtorek w godz. 12-14 w siedzibie CIS lub pod numerem tel. 887 666 508.

**Newsletter CIS.** Jeśli chcesz być na bieżąco – zapisz się do newslettera Centrum Inicjatyw Senioralnych (poprzez stronę www.centrumis.pl, okienko do zapisów po prawej stronie, tuż pod niebieskim kalendarzem z wydarzeniami). Dzięki temu w każdy piątek otrzymasz od nas wiadomość z pakietem najświeższych informacji na temat oferty w mieście skierowanej do seniorek i seniorów.

**Dyżury MRS.** Miejska Rada Seniorów zaprasza seniorki i seniorów na dyżury, podczas których można porozmawiać z członkami rady. Dyżury odbywają się w poniedziałki w godz. 12-13 w siedzibie Wydziału Zdrowia i Spraw Społecznych, przy ul. 3 Maja 46 w pokoju 224, II piętro. W okresie okołoświątecznym dyżury zostają zawieszone. Pierwszy dyżur po świętach – 13.01.2025. Szczegóły: tel. 61 878 51 89 (czynny podczas dyżurów).

**Senior w Formie**

**Bagdasarian Boxing Club Poznań.** Klub zaprasza na bezpłatne zajęcia gimnastyczne z elementami boksu dla seniorek i seniorów. Harmonogram: wtorki i czwartki, godz. 15-16, Hala sportowa, ul. Reymonta 35, zapisy: tel. 692 230 015 lub 694 021 328.

**Tematyczne wycieczki z przewodnikami popoznaniu.pl.** Uczestnicy spacerów zaglądają do mniej znanych dzielnic miasta, odwiedzają miejsca z dala od turystycznych szlaków, a wycieczki koncentrują się na jednym wątku. Harmonogram: 18.01, godz. 11 – „Przemysłowa Starołęka” (zbiórka: przystanek tramwajowy Rondo Starołęka w kierunku Starołęki). Nie obowiązują zapisy, udział bezpłatny. Szczegóły: tel. 884 605 305, [www.popoznaniu.pl](http://www.popoznaniu.pl).

**Kultura**

**CK Zamek!** Harmonogram wybranych wydarzeń: 14.01, godz. 18 – Uniwersyteckie wykłady na Zamku, „Tradycje, teraźniejszość i perspektywy poznańskiej geologii” – wykład prof. dr. hab. Janusza Skoczylasa (Sala pod Zegarem, wstęp wolny), 16.01, godz. 19 – „Podróże przez sny. I powroty” – spektakl upamiętniający Lecha Raczaka (Sala Wielka bilety: 30/20 zł), 16.01, godz. 18 – „Ptaki krzyczą nieustannie. Historia Günthera Niethammera, esesmana i ornitologa z Auschwitz” – spotkanie autorskie z Beatą Dżon-Ozimek i Michałem Olszewskim (Sala pod Zegarem bilety: 7 zł), 21.01, godz. 11 – ”Iluzje wszechwładzy. Architektura i codzienność pod okupacją niemiecką” - Zwiedzanie wystawy dla seniorów(-ek) (Sala Wystaw, bilety: 20/15 zł), 22‒26.01 - Przegląd kina bułgarskiego, 23.01, godz. 18 – wernisaż: „Marta Bogdańska – Shifters. W potrzasku” (Galeria Fotografii pf obowiązują bilety na zwiedzanie Zachodniego Skrzydła Zamku. Wystawa czynna: 24.01‒9.03.2025), 30.01, godz. 18 – Zamkowy Klub Książki #58: „Czytamy Noblistkę”: Spotkanie o książce Wegetarianka Han Kang (Laboratorium, wstęp wolny). Szczegóły: ul. Św. Marcin 80/82, tel. 61 646 52 72, www.ckzamek.pl.

**Co u Raczyńskich?** Harmonogram (wybranych) bezpłatnych wydarzeń: 15.01, godz. 18 – Operowy Klub Blecanto. „Zdrady, poświęcenia i toksyczne romanse – operowe historie miłosne”. Nowy cykl opowieści o operze (pl. Wolności 19, sala 5), 16.01, godz. 18 – Koncert karnawałowy (pl. Wolności 19, sala 5, wstęp wolny, obowiązują zapisy: zapisy@bracz.edu.pl), 18.01, godz. 12 i godz. 14 – Sobota z Edwardem Raczyńskim. Prelekcja: „Wielkopolski Indiana Jones i warsztaty z sitodruku ,21.01, godz. 16 – Wtorek dla seniora. Kenia w obiektywie Danuty Witkowskiej (pl. Wolności 19, sala 5), 22.01, godz. 11 – Oprowadzanie dla dziadków i wnucząt. Rodzinne zwiedzanie Biblioteki Raczyńskich. (obowiązują zapisy: zapisy@bracz.edu.pl lub tel. 61 88 58 955, pl. Wolności 19, zbiórka w holu), 27.01, godz. 18 – Spotkanie z Niną Majewską-Brown. „Z czworaków na salony” (pl. Wolności 19, sala 5), 28.01, godz. 18 – „Nazista – architekt – fotograf. Fotografie z kolekcji Alfreda Mensebacha”. Spotkanie wokół najstarszej, ukazującej się od 80 lat, serii Instytutu Zachodniego pt. Documenta Occupationis. (pl. Wolności 19, sala 1), 28.01, godz. 18 – „Między źródłem a edycją. Kronika Zachertów miasta Międzyrzecza w perspektywie krytycznej”. Wykład prof. UZ dr. hab. Marcelego Tureczka (pl. Wolności 19, sala 5), 29.01, godz. 12.30 – Zwiedzanie Mieszkania-Pracowni Kazimiery Iłłakowiczówny (zapisy mailowe: illa@bracz.edu.pl lub tel. 61 855 12 44, ul. Gajowa 4/8), 30.01, godz. 17.30 – W małym kinie u Raczyńskich. Al i początki kina dźwiękowego (pl. Wolności 19, sala 5), 31.01, godz. 18 – Klub Książki u Raczyńskich. Dziewczyna z konbini, Muraty Sayaki. Powieści nagradzane (pl. Wolności 19, sala 5). Szczegóły: pl. Wolności 19, tel. 61 885 89 09, www.bracz.edu.pl.

**Wielkopolskie Muzeum Niepodległości.** Harmonogram: 26.01, godz. 13 – Spacer angażujący „Stanisław Taczak: od Mieszkowa do Powstania” (zbiórka: przy kościele św. Marcina, wstęp wolny). Do 31.03.2025 - wystawa czasowa „Generał Stanisław Taczak - naukowiec, dowódca, społecznik” (Muzeum Powstania Wielkopolskiego 1918 – 1919, Stary Rynek 3, Odwach, wstęp w cenie biletu do muzeum). 21 i 28.01, godz. 13 – oprowadzanie kuratorskie po wystawie czasowej (wstęp wolny), 23.01, godz. 11 - warsztaty „Wszystkie Barwy Powstania Wielkopolskiego” z okazji Dnia Babci i Dziadka w Muzealnym Centrum Edukacyjnym dla dzieci 6-10 lat (ul. Ślusarska 14, udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 887 222 468), 30.01, godz. 11 - warsztaty „Z babcią i dziadkiem przez historię” w Muzealnym Centrum Edukacyjnym dla dzieci 5-10 lat (ul. Ślusarska 14, udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 887 222 468). Szczegóły: ul. Woźna 12, tel. 61 853 19 93.

**Muzeum Uzbrojenia.** Harmonogram: 21.01, godz. 11 – Oprowadzanie kuratorskie po wystawie czasowej „Wierni przysiędze” (wstęp wolny), 21.01, w godz. 12-14 oraz 28.01, w godz. 11-13 – Pokazy wybranych elementów uzbrojenia i wyposażenia podczas walko o Poznań w styczniu i lutym 1945 roku (Sala IV, wstęp wolny). Szczegóły: Muzeum Uzbrojenia (Park Cytadela), tel. 61 820 45 03.

**Opera Seniora: Teatr Wielki**. Harmonogram: 24, 25.01, godz. 19 oraz 26.01, godz. 18 - „BER”. Bilety senioralne na wyżej wymienione wydarzenie na hasło „CIS” w cenie 40 zł, do nabycia wyłącznie w kasie teatru: ul. Fredry 9, tel. 61 659 02 31, czynne od wtorku do soboty w godz. 13.00-19.00 oraz w niedziele 2 godziny przed spektaklem.

**Teatr Ósmego Dnia.** Harmonogram: 18.01, godz. 19 – Alternatywna szkoła teatru „Na wypadek, gdybyś stała się mglista lub niewidzialna”, 22.01, godz. 19 – spektakl „Atrapa i utopia”, 23.01, godz. 19 – spektakl „Camille”, 24.01, godz. 19 – spektakl „Na Lightcie”, 30.01, godz. 19 – spotkanie z Jerzym Czechem wokół książki „Fenomen pisizmu”. Bilety senioralne na wszystkie powyższe wydarzenia: 10 zł. Szczegóły: ul. Ratajczaka 44, tel. 61 855 20 86.

**Teatr Nowy.** Harmonogram: 13.01, godz. 18 – „Wszyscy braćmi być powinni”, 24-26.01, godz. 18 – „Alte Hajm / Stary Dom”. Seniorzy za okazaniem dokumentu mogą kupić bilet na spektakl w cenie biletu grupowego (40-60 zł) wyłącznie w kasie teatru. Szczegóły: Teatr Nowy, ul. J.H. Dąbrowskiego 5, tel. 61 848 48 85.

**Wojewódzka Biblioteka Publiczna i Centrum Animacji Kultury (ul. Prusa 3).** W każdą środę w godz. 11-13 odbywają się bezpłatne warsztaty kreatywne dla seniorów „Niby nic takiego, a coś ładnego” (sala 207, zapisy: tel. 502 689 159). Harmonogram: 17.01, godz. 17 – klub gier planszowych (czytelnia, zapisy: tel. 61 66 40 883), 29.01, godz. 17 – dyskusyjny klub książki (czytelnia, wstęp wolny), 30.01, godz. 18 - Spotkanie autorskie z Magdaleną Grzebałkowską (hol, rezerwacja wejściówek: tel. 61 66 40 873). Szczegóły: ul. B. Prusa 3, tel. 61 664 08 50.

**Kultura Dostępna w Kinach.** Pokazy polskich filmów odbywają się we wszystkich kinach Helios na terenie całej Polski w czwartki o godz. 18. Koszt biletu to 12,90 zł. Harmonogram: 16.01, godz. 18 – „Wrooklyn Zoo”, 23.01, godz. 18 – „Pod wulkanem”, 30.01, godz. 18 – „Minghun”. Szczegóły: Kino Helios: ul. Pleszewska 1, tel. 61 622 72 97.

**Kino bez barier.** Repertuarowe dostępne pokazy filmowe odbywają się: we wtorki (Sala 1, filmy z audiodeskrypcją i napisami w języku polskim) i w czwartki (Sala 2, tłumaczone dodatkowo na Polski Język Migowy). Harmonogram: 14.01, godz. 11 oraz 16.01, godz. 18 – „Crossing”, 21.01, godz. 11 oraz 23.01, godz. 18 – „Agent szczęścia”, 28.01, godz. 11 oraz 30.01, godz. 18 – „Minghun”. Szczegóły: tel. 61 646 52 72.

**Senior w Muzie**. Spotkania odbywają się w środy o godz. 15.00. Bilety dla seniorów kosztują 14 zł. Przed każdym seansem odbywa się krótka prelekcja oraz poczęstunek (kawa lub herbata) wliczony w cenę biletu, a po projekcji dyskusja na temat filmu. Harmonogram: 15.01, godz. 15 – „The Outrun”, 19.01, godz. 15 – „Kompletnie nieznany”. Szczegóły: Kino Muza, ul. Św. Marcin 30, tel. 61 852 34 03.

**Filmowy Klub Seniora w Kinie Rialto.** Spotkania dedykowane osobom starszym będą się odbywać we wtorki. Harmonogram: 14.01, godz. 13 i 15.30 – „W pokoju obok”, 21.01, godz. 13 i 15.30 – „Babygirl”, 28.01, godz. 12 i 15.30 – „Kompletnie nieznany”. Bilety dla seniorek i seniorów w cenie 13 zł (wyjątek – koncert jubileuszowy) dostępne są po okazaniu legitymacji ZUS emeryta-rencisty. Szczegóły: tel. 61 847 53 99.

**XXVIII Dzień Judaizmu.** Harmonogram: 12.01, godz. 12 - Judaika dla początkujących i średnio zaawansowanych (Muzeum Sztuk Użytkowych. Zamek Królewski, Góra Przemysła 1, wstęp wolny), 13.01, godz. 18 - Koncert „Wszyscy braćmi być powinni” (Teatr Nowy, Scena Duża, ul. J.H. Dąbrowskiego 5, bilety: 45/50 zł), 14.01, godz. 18 - Wykład z cyklu „Czytanie przestrzeni” (Biblioteka Raczyńskich, pl. Wolności 19, sala 5, wstęp wolny), 15.01, godz. 19 – nabożeństwo biblijne (Kościół św. Wojciecha, Wzgórze św. Wojciecha 1), 16.01, godz. 18 - wystawa fotografii, koncert kameralny muzyki żydowskiej (Akademia Lubrańskiego, ul. Jana Lubrańskiego 1, wstęp wolny), 17.01, godz. 18 - Anat Gov, „Boże mój!”, czytanie sceniczne (Teatr Nowy, Scena Trzecia, ul. J.H. Dąbrowskiego 5). Szczegóły: Stowarzyszenie COEXIST, ul. Mariacka 15, e-mail: magda.tomczak@coexist.pl.

**Edukacja**

**Poznańskie Centrum Dziedzictwa.** **Brama Poznania****.** Harmonogram:11.01, godz. 11 – „Spędźmy razem czas” (30 zł za rodzinę, maks. 2 osoby dorosłe i 3 dzieci),15.01, godz. 16 – Zwiedzanie dla seniorów „Ostrów Tumski przez wieki” (udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 61 647 76 34), 21.01, godz. 11 – „Nie tylko koziołki – o legendach Poznania” Dzień Babci i Dziadka (30 zł za rodzinę, maks. 2 osoby dorosłe i 3 dzieci). Szczegóły: tel. 61 647 76 34.

**Centrum Szyfrów Enigma.** Harmonogram: 14.01, godz. 15.30 – oprowadzanie dla seniorów „Szyfry przez wieki” (udział bezpłatny, obowiązują darmowe wejściówki do odebrania w kasie CSE, lub rezerwacja tel. 61 888 45 12). Szczegóły: Św. Marcin 78, tel. 61 888 45 12.

**Galeria Śluza.** Wystawa „Warta. Ćwiczenia z wyobraźni” dostępna do 23.02.2025. Szczegóły: ul. Dziekańska 1, tel. 61 647 76 31.

**Wykłady na Przyrodniczym Uniwersytecie Trzeciego Wieku.** Harmonogram spotkań: 16.01, godz. 15 – „Jak osłodzić sobie życie? Wady i zalety stosowania substancji słodzących” (Collegium Maximum, ul. Wojska Polskiego 28, sala A na parterze). Wstęp wolny. Szczegóły: tel. 61 848 70 26.

**Wykład w Pałacu Działyńskich w ramach cyklu „Nauka i Społeczeństwo**”. 16.01, godz. 17 - Wykład „Jak się kształtuje krajobraz rasowo-etniczny Stanów Zjednoczonych” wygłosi prof. dr hab. Anna Dmowska (sala Turkusowa Oddziału PAN w Poznaniu, Stary Rynek 78/79, II piętro, w budynku znajduje się winda). Wstęp wolny. Szczegóły: tel. 61 641 50 03.

**Wykłady na Uniwersytecie Medycznym.** 21.01, godz. 18 – wykład „Profilaktyka i leczenie bólu przewlekłego” wygłosi dr n. Med. Małgorzata Reysner (Sala A w Centrum Kongresowo-Dydaktycznym, ul. Przybyszewskiego 37 a). Szczegóły: tel. 61 854 60 00.

**Muzeum Archeologiczne** (**Pałac Górków, ul. Wodna 27)**. Harmonogram: 14.01, godz. 12 – wykład z cyklu „Porozmawiajmy o... praktykach kulinarnych w starożytnym Rzymie” (wstęp wolny, sala audiowizualna na II piętrze), do 28.02.2025 – wystawa czasowa „Arche, Archeo, Archeologia” (dziedziniec muzeum, wstęp wolny). Szczegóły: tel. 61 852 82 51.

**Rezerwat Archeologiczny Genius Loci (ul. Posadzego 3)**. Do 28.02.25 będzie trwała plenerowa wystawa czasowa „Kiedy Mieszko stawiał grody” (mur przy ul. Posadzkiego), wstęp wolny. Szczegóły: tel. 61 852 21 67.

**Rozrywka**

**sPalmiarnia Poznańska.** W ramach akcji „Wtorki dla Seniora” osoby powyżej 60. roku życia mogą zakupić bilet do Palmiarni w promocyjnej cenie 4 zł. Szczegóły: tel. 61 865 89 07.

**Dom Bretanii**. Harmonogram: 13.01, godz. 18 – Klub Czytelnika Domu Bretanii – Michael Houellebecq „Uległość”, 14.01, godz. 18 – spotkanie z Hanną Janicką „Podróżowanie w czasach przesytu – Miejsca do odkrycia krajoznawczo, kulturowo, rekreacyjnie”, 20.01, godz. 18 – wykład Karoliny Prymas-Jóźwiak „Wybrańcy Ecole de Paris – Między pięknej a brzydotą, między jawą a snem. Malarstwo Amadeo Madiglianiego, Chaima Soutine i Marca Chagalla”. Na wszystkie wydarzenia wstęp wolny. Dostępna jest wystawa fotografii Irène Jonas „Morze o wielu obliczach”. Szczegóły: Dom Bretanii, Stary Rynek 37 (wejście od ul. Wielkiej), tel. 61 851 68 51.

**Schron Kultury Europa.** Stowarzyszenie Schron Kultury Europa proponuje seniorkom i seniorom udział w muzycznych spotkaniach, podczas których nie zabraknie okazji do wspólnego śpiewania. Śpiewanki odbywają się we wtorki o godz. 17. Udział jest bezpłatny. Spotkaniom towarzyszyć będzie muzyka na żywo w wykonaniu kapeli Klika, czyli Sami Znajomi Prezesa. Szczegóły: tel. 604 853 782.

**Wiara z Szewskiej.** Fundacja Vinea zaprasza na grudniowe bezpłatne spotkania. Harmonogram: 11.01, godz. 10 – „ABC wiary”, 21.01, godz. 10 – Kije nordic walking (zbiórka: stacja początkowa kolejki Maltanka, grupa stała do której można dołączyć), 15.01, godz. 10 – Robótki ręczne, zajęcia kreatywne – makrama, uczestnicy wykonają podkładki pod kubki, 18.01, godz. 10 – „Kolędowanie z wiarą*”* – wspólne kolędowanie przy kawie i ciastach, 25.01, godz. 10 – wykład: „Zamach na księdza Streicha”, 29.01, godz. 10 – Robótki ręczne (zbiórka: wyjątkowo przy wejściu do Fary, zajęcia kreatywne - szalik. Jeśli to możliwe, organizatorzy proszą o zabranie ze sobą włóczki, szydełka lub drutów). Wszystkie wydarzenia (z wyjątkiem nordic walking) odbywają się w Wieży św. Gotarda przy kościele oo. Jezuitów, ul. Szewska 18. Szczegóły: tel. 797 907 154.

**Sztuka dla seniorów w Arsenale.** Galeria Miejska Arsenał zaprasza osoby senioralne na warsztaty. 30.01, godz. 11 – barwienie tkanin, każda osoba wykona wzór na przygotowanej wcześniej bawełnianej torbie. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: [kinga.mistrzak@arsenal.art.pl](mailto:kinga.mistrzak@arsenal.art.pl). Szczegóły: Stary Rynek 6, tel. 692 202 068.

**Wolontariat**

W Poznaniu działa wiele instytucji, które potrzebują wsparcia wolontariuszy. Można odwiedzić Poznańskie Centrum Wolontariatu (kontakt: pcw@wolontariat.poznan.pl, tel. 690 251 119, wolontariat.poznan.pl), skorzystać ze strony Korpus Solidarności (korpussolidarnosci.gov.pl) czy ze strony miejskiej (poznań.pl w zakładce: organizacje, społeczności, NGO). Centrum Inicjatyw Senioralnych też pomoże w znalezieniu właściwej oferty (aktualne oferty na stronie: centrumis.pl w zakładce: wolontariat). Zapraszamy do kontaktu.

**Caritas Archidiecezji Poznańskiej.** Zakres zadań: sprawowanie opieki w specjalistycznych placówkach, towarzyszenie podopiecznym w środowisku domowym, udział w akcjach organizowanych przez Caritas, edukowanie i promowanie idei wolontariatu. Zapewnienie wsparcia w Schronisku pn. Dom Charytatywny Przystań przy ul. Krańcowej 10. Zakres zadań to wsparcie zespołu w pracach biurowych/administracyjnych, rozmowy z podopiecznymi (1 raz w tygodniu w godz. 9.00-11.00). Prowadzenie warsztatów we wtorki lub w czwartki w godzinach 10.00-13.00 lub 15.00-18.00, albo wsparcie (jeden, dwa lub trzy dni w tygodniu/miesiącu) w łaźni miejskiej i strefie pomocy doraźnej (12.00-17.00) oraz w ogrzewalni (18.00-8.00). Kontakt: 605 333 825 e-mail: [centrumwolontariatu@caritaspoznan.pl](mailto:centrumwolontariatu@caritaspoznan.pl).

**Zdrowie i Wsparcie**

**Bezpłatne badania mammograficzne dla kobiet w wieku od 45 do 74 lat.** Mobilna pracownia mammograficzna będzie stacjonowała w Poznaniu przy markecie Kaufland (Aleje Solidarności 42) w dniach: 29.01, godz. 10-17, 30.01, godz. 10-16, 31.01, godz. 8.30-15. Rejestracja: tel. 22 880 90 80.