

Zabaw się poetycko...

written by Biblioteka SK | 14 marca 2016



21 marca, w pierwszym dniu wiosny i w Światowym Dniu Poezji, zapraszamy o **16³⁰** do Saloniku Literacko-Artystycznego przy ul. Kilińskiego 16. Spotkanie pod hasłem *Wiosna Do Słowna* wypełnią prezentacje, gry, zabawy i niespodzianki – nie tylko poetyckie. Atrakcje przygotowali uczestnicy Pracowni Literacko-Artystycznej, prowadzonej w naszej Bibliotece przez **Michała Siewkowskiego**.

Wstęp wolny – każdy wielbiciel literatury i dobrej zabawy jest mile widziany i może wpłynąć na program imprezy, np. prezentując utwór własnego (i nie tylko) autorstwa czy proponując ulubioną grę słowną.

Zapraszamy!

Po spotkaniu z...

written by Biblioteka SK | 14 marca 2016



Byli w telewizji TVN, byli u nas 11 marca, autorzy książki „Druga młodość supermena”, Hubert Jużków – dr nauk med., specjalista chirurg oraz Wojciech Rosiński, pochodzący z Inowrocławia koszykarz, reprezentant Polski, zasłużony szkoleniowiec.

„Supermeni” udzielili mądrych i prostych rad na temat zdrowego odżywiania, racjonalnej diety. Podkreślili, że podstawą utrzymania dobrego zdrowia jest ruch z odpowiednio dobranym, zindywidualizowanym zestawem ćwiczeń.

Warto podkreślić, że „Druga młodość supermena” to jedna z niewielu książek na rynku mówiąca o aktywności ruchowej i sposobie odżywiania mężczyzn w wieku średnim i starszym.

{webgallery}   {/webgallery}