

[Deklaracja dostępności](#)

- [Mapa serwisu](#)
- [Wersja tekstowa / graficzna](#)

## Gminny Ośrodek Kultury w Ropie

Menu

[Przejdź do Menu Przedmiotowego](#)

## Menu Podmiotowe

- [Aktualności](#)
- [Historia i dziedzictwo kulturowe](#)
- [RAZEM - Biuletyn Informacyjny](#)
- [RODO](#)
- [REGULAMINY](#)
- [Strona archiwalna](#)

[Przejdź do Menu Technicznego](#)

## Menu Przedmiotowe

- [NASZA FILMOTEKA](#)
- [WYDARZENIA-IMPREZY 2023](#)
- [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2023](#)
- [WYDARZENIA-IMPREZY 2022](#)
- [KONKURSY ARTYSTYCZNE 2022](#)
- [Projekty GOK](#)
- [KLUB SENIORA](#)
  - [2019](#)
  - [2020](#)
    - [Stroiki wielkanocne](#)
    - [Wyjazd z okazji dnia kobiet](#)
    - [Senior On-Linie](#)
    - [Wakacyjne warsztaty bibułowe i wykonywania wieńca dożynkowego](#)
    - [Warsztaty decoupage - drugie życie wieszaków](#)
    - [Jesienny wyjazd](#)
    - [Kolorowe jesienne liście](#)
    - [Czas zadumy ...](#)
  - [2021](#)
- [WARSZTATY PLASTYCZNE](#)
- [KREATYWNE TUTORIALE DLA DZIECI - DIY -ZRÓB TO SAM](#)
- [SENIOR ONLINE](#)
- [GOK ROPA W SIECI!](#)

## Menu Techniczne

- [Gminna Biblioteka Publiczna w Ropie](#)
- [Regionalny zespół Okaryna](#)
- [Dziecięcy zespół regionalny Ropioczki](#)
- [Stacja Wodna w Klimkówce](#)

[Facebook](#) 

[YouTube](#) 

[BIP](#) 

# Senior On-Linie

## Treść

Z myślą o Seniorach, na naszej stronie internetowej utworzyliśmy specjalną zakładkę zatytułowaną: SENIOR ONLINE. Zestawiliśmy w niej linki do ciekawych witryn internetowych, skierowanych do osób starszych, ukierunkowanych na zapewnienie bezpieczeństwa przed zakażeniem nowym koronawirusem.

Na stronach odnaleźć można m.in. najnowsze informacje z Polski, transmisje mszy św., kursy, lekcje, webinary, filmiki z poradami psychologa, wirtualne spacerunki, treningi pamięci i koncentracji, ćwiczenia fizjoterapeutyczne od eksperta oraz wiele innych. Zapraszamy!

Informujemy również, że w dalszym ciągu będziemy starać się poszerzać naszą zakładkę o kolejne interesujące strony internetowe.

Zakładka dostępna po kliknięciu w link: [http://www.gokropa.iaw.pl/pl/109559/0/SENIOR\\_ONLINE.html](http://www.gokropa.iaw.pl/pl/109559/0/SENIOR_ONLINE.html)



## Kontakt:

tel./fax +18 353 06 11

e-mail: [gokropa@wp.pl](mailto:gokropa@wp.pl)

[Zespół redakcyjny](#)

## Adres:

Gminny Ośrodek Kultury

Ropa 780

38-312 Ropa

## Dodatkowe Informacje

- [Mapa serwisu](#)
- [Słownik skrótów](#)
- [Instrukcja obsługi](#)
- [Ochrona danych osobowych](#)
- [RSS](#)
- [Ponowne wykorzystywanie](#)
- [Udostępnianie informacji publicznej](#)
- [Statystyki oglądalności BIP](#)
- Ostatnia aktualizacja: 03.02.2020r.

[Przewiń do początku](#)