

# Telewizja Pokolenia – telewizja internetowa dla seniorów

Fundacja Zaczyn – partner radia SoVo zaprasza do oglądania internetowej Telewizji Pokolenia – miejsca w sieci, stworzonego specjalnie dla seniorów i przez seniorów. W Telewizji Pokolenia każdy znajdzie temat dla siebie. Inspirujące rozmowy, cyfrowe ciekawostki czy przystępne porady prawne. Informacje zawarte w programach są wiarygodne i sprawdzone.

Wszystkie programy Telewizji Pokolenia można oglądać na kanałach:

- na Facebooku: <https://www.facebook.com/TelewizjaPokolenia> (zachęcamy do polubienia profilu, aby być na bieżąco)
- na YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCWCAPZ5oP9WoD3lSLonK1tQ> (zachęcamy do subskrypcji kanału)
- na stronie internetowej: <https://telewizjapokolenia.pl/>

# Pokolenia

## ZAPYTAJ MAGDĘ!

### Magdalena Foryś

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



Polecamy szczególnie program „Zapytaj Magdę”, czyli cykl video, w którym w przystępny sposób (krok po kroku) prowadząca tłumaczy podstawowe zagadnienia z obszarów kompetencji cyfrowych, m.in. jak połączyć się z Wi-Fi, jak działa power bank (dodatkowa bateria w telefonie), jak zrobić zakupy online, z jakich komunikatów online warto korzystać i wiele innych.

Program edukacyjny „Zapytaj Magdę” można oglądać:

- Facebook :  
<https://www.facebook.com/watch/237385253135017/2840663159509668>
- Youtube :  
<https://www.youtube.com/channel/UCWCAPZ5oP9WoD3lSLonK1tQ>
- Strona internetowa :  
<https://telewizjapokolenia.pl/category/programy/zapytaj-magde/>

**Oprócz programu „Zapytaj Magdę” w Telewizji Pokolenia znajdzie 9 innych, tematycznych programów**

**Pokolenia**

# BAŚKA POZA SCHEMATEM

**Barbara  
Izydorczyk**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



## **„BAŚKA POZA SCHEMATEM”**

Co wypada i czy jest coś, czego nie wypada robić seniorom? Czym jest zdrowy egoizm? Na te pytania będzie odpowiadać Barbara Izydorczyk wraz z zaproszonymi gośćmi. To cykl rozmów na niebanalne tematy, czasem przyjemne, czasem zabawne, ale niekiedy też trudne.

**Pokolenia**

**ELA  
RADZI**

**Elżbieta  
Banasiak**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



**„ELA RADZI”**

To pakiet dobrych rad związanych z zagadnieniami z zakresu prawa. Widzowie poznają praktyczne wskazówki, jak zatroszczyć się o własne dobro i bezpieczeństwo w dojrzałym wieku.

**Pokolenia**

## ROZMOWY POKOLEŃ

**Przemysław  
Wiśniewski**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



### **„ROZMOWY POKOLEŃ”**

Intrygujące osobistości życia publicznego w dojrzałym wieku, dzielą się swoją historią i doświadczeniem w szczerych wywiadach prowadzonych przez Przemysława Wiśniewskiego.

**Pokolenia**

## DOJRZAŁE PIĘKNO

**Renata  
Majewska**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



**„DOJRZAŁE PIĘKNO”**

Piękna i zadbana – bez względu na wiek. Jak to zrobić? Czego unikać? W jakie kosmetyki warto się zaopatrzyć? Kobięce porady serwuje wizażystka, stylistka i doradca wizerunku – Renata Majewska.

**Pokolenia**

## **DOMÓWKA Z WIKĄ**

**DJ WIKĄ**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



**„DOMÓWKA Z WIKĄ”**

Zapraszamy na domową imprezę, którą poprowadzi jedyna i niepowtarzalna DJ Wika. Światowe hity, przeboje lat 70, 80 i 90-tych w towarzystwie współczesnej muzyki dyskotekowej. Melodie znane i lubiane przez dojrzałe osoby.

**Pokolenia**

**CHWILA  
DLA  
ZDROWIA**

**Marta  
Maliszewska**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



**„CHWILA DLA ZDROWIA”**

W zdrowym ciele, zdrowy duch. Poświęć „Chwilę dla zdrowia ” bez wychodzenia z domu. Marta Maliszewska, trenerka i dietetyczka pokaże jak i co ćwiczyć, aby zachować dobrą kondycję na dłużej.

**Pokolenia**

## CIAŁO I DUSZA

**Beata  
Sasinowska**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://www.facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://www.youtube.com/TelewizjaPokolenia)



### **„CIAŁO I DUSZA”**

Rozsiądź się wygodnie i pozwól sobie na chwilę relaksu. To program, dzięki któremu zadbasz zarówno o urodę, jak i o wewnętrzną harmonię.

**Pokolenia**

## KUCHNIA POKOLEŃ

**Tomasz  
Królikowski**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



### „KUCHNIA POKOLEŃ”

Program kulinarny prowadzony przez Tomasz'a Królikowskiego. Z kulinariami związany nieprzerwanie od ponad 20 lat. Swoją przygodę z gotowaniem rozpoczął od pracy w jednej z najlepszych włoskich restauracji w Polsce.

**Pokolenia**

## W STYLU DOWOLNYM

**Iwona  
Jankowska**

Oglądaj na:

[facebook.com/TelewizjaPokolenia](https://facebook.com/TelewizjaPokolenia)

[youtube.com/TelewizjaPokolenia](https://youtube.com/TelewizjaPokolenia)



**„W STYLU DOWOLNYM”**

Program mody, pełen stylowych porad. Co ubrać na daną okazję? Jakie kolory są odpowiednie do danego typu urody?