

PLAN ZAJĘĆ W KLUBIE SENIORA OD 23.05.2022r-31.05.2022r

PONIEDZIAŁEK-23.05.2022r

- 09:00-09:30 spotkanie przy kawie i herbacie
- 09:30-12:30 wspólne przygotowanie i lepienie pierogów
- 12:30-13:00 luźne spotkanie seniorów

WTOREK-24.05.2022r

- 9:00-9:45 Msza Święta
- 9:45-10:30 spotkanie przy kawie i herbacie
- 10:30-11:00 ćwiczenia przy muzyce
- 11:00-13:00 przeglądanie prasy, stron internetowych przez seniorów

ŚRODA-25.05.2022r

- 9:00-9:00 spotkanie przy kawie i herbacie
- 9:30-11:00 biblioterapia
- 11:00-13:00 prace manualne- tworzenie biżuterii

CZWARTEK-26.05.2022r

- 9:00-9:30 spotkanie przy kawie i herbacie
- 9:30-10:30 ćwiczenia na urządzeniach stacjonarnych, poprawiające kondycję fizyczną
- 10:30-12:00 prace manualne c.d.
- 12:00-13:00 luźne spotkanie seniorów

PIATEK- 27.05.2022r

- 9:00-9:30 spotkanie przy kawie i herbacie
- 9:30-10:00 ćwiczenia przy muzyce
- 10:00-11:30 luźne spotkanie seniorów-układanie puzzli, gry planszowe
- 11:00-13:00 prace porządkowe

PONIEDZIAŁEK-30.05.2022r

- 9:00-9:30 spotkanie przy kawie i herbacie
- 9:30- 12:00 Dzień Kulinaryny- wspólne przygotowanie posiłku
- 12:00-13:00 prace porządkowe

WTOREK- 31.05.2022r

- 9:00-9:45 Msza Święta
- 9:45-11:30 aktywność ruchowa- spacer

11:30-13:00 wspólne przygotowanie posiłku