



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni " edycja III

ZAJĘCIA W ŻARECKIM KLUBIE SENIORA - sierpień 2021 ROK

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
2.08.2021	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Zajęcia edukacyjne - Spotkanie z pastorem czyli co powinniśmy wiedzieć o ewangelikach	pastor Sławomir Wcisło
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

4.08.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne e-usługi dla Seniorów gr II	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

6.08.2021	piątek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Spotkanie Edukacyjne - Senior Obywatelski	animator Urszula Mianowska
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
9.08.2021	poniedziałek	2	11.00-13.00	Spotkanie integracyjne ze Stowarzyszeniem "Jurajski Klub Seniorsa"	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

11.08.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne e-usługi dla Seniorów gr I	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

13.08.2021	piątek	9	7.30-16.30	Wycieczka do Raciborza	animator Urszula Mianowska
16.08.2021	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Porady dietetyczne	dietetyk Łukasz Maligówka
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
18.08.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne e-usługi dla Seniorów gr II	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

20.08.2021	piątek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		2	12.00-14.00	Edukacja prozdrowotna - fizjoterapia	fizjoterapeuta Piotr Gołuchowski
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
24.08.2021	wtorek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		2	12.00-14.00	Porady prawnicze	prawnik Janusz Hezner
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

25.08.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
		1	12.00-13.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne e-usługi dla Seniorów gr I	informatyk
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
27.08.2021	piątek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		4	12.00-16.00	Psychoedukacja i porady psychologiczne	psycholog Irena Kapuśniak
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
30.08.2021	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne e-usługi dla Seniorów gr II	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska