



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni " edycja III

ZAJĘCIA W ŻARECKIM KLUBIE SENIORA - wrzesień 2021 ROK

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
-------------	-----------------------	---------------------	----------------	---------------------	-------------------

1.09.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziejic
		1	12.00-13.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

3.09.2021	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	prowadząca Małgorzata Banaszczyk
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
6.09.2021	poniedziałek	2	11.00-13.00	Klubowe wspomnienia z Jolą Pudo	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
		1	15.00-16.00	Lektorat języka niemieckiego	lektor Renata Hajduk

8.09.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne + ćwiczenia relaksacyjne przy muzyce	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

10.09.2021	piątek	5	10.00-15.00	Wyjście integracyjne na grzybobranie	animator Urszula Mianowska
13.09.2021	poniedziałek	2	11.00-13.00	Barwy Jesieni - wiersze, piosenki, dekoracje jesienne	muzyk Jan Kanty Gryzik animator Urszula Mianowska
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
		1	15.00-16.00	Lektorat języka niemieckiego	lektor Renata Hajduk
15.09.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne - Google dla Seniorów	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska

17.09.2021	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
20.09.2021	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 Maligłówa
		3	13.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
		1	15.00-16.00	Lektorat języka niemieckiego	lektor Renata Hajduk

22.09.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne - Google dla Seniorów	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
24.09.2021	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

27.09.2021	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	Porady prawnicze	prawnik Janusz Hezner
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska
		1	15.00-16.00	Lektorat języka niemieckiego	lektor Renata Hajduk
29.09.2021	środa	2	9.00-11.00	Lektorat języka angielskiego	lektor Nina Podsiadlik
		1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
		2	12.00-14.00	Zajęcia edukacyjne - informatyczne - Google dla Seniorów	informatyk
		2	14.00-16.00	Kawiarenka dla Seniorów	animator Urszula Mianowska