



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni "

**ZAJĘCIA TEMATYCZNE W ŻARECKIM KLUBIE SENIORA - luty 2024 rok**

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
02.02.2024	piątek	2	11.00-13.00	Zajęcia taneczne	animator Urszula Mianowska
05.02.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Relaksacja i naturalne metody poprawy zdrowia	prowadzący Grzegorz Gabryś
07.02.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic

09.02.2024	piątek	4	15.00-19.00	Zabawa karnawałowa	animator Urszula Mianowska muzyk Jan Kanty Gryzik
12.02.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Porady zdrowotne dla Seniorów	doktor Wojciech Picheta
		1	12.00-13.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
14.02.2024	środa	2	11.00-13.00	Walentynki w Klubie Seniora	animator Urszula Mianowska
16.02.2024	piątek	1	11.30-12.30	Spotkania z historią - postać Wincentego Witosa	prelegent Miroslaw Kula

19.02.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Porady dietetyczne	dietetyk Łukasz Maligłówka
21.02.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziejcz
23.02.2024	piątek	1	12.00-13.00	Senior Obywatelski	prowadząca Małgorzata Banaszczyk
26.02.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Psychoedukacja i porady psychologiczne	psycholog Ola
28.02.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziejcz