



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni "

ZAJĘCIA TEMATYCZNE W ŻARECKIM KLUBIE SENIORA - grudzień 2024 rok

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
02.12.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Rozmowy przy kawie i herbacie	animator Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Porady dietetyczne	dietetyk Łukasz Maligłowska

04.12.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
06.12.2024	piątek	2	11.00-13.00	Mikołajkowe niespodzianki	animator Urszula Mianowska
09.12.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Rozmowy przy kawie i herbacie	animator Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Edukacja prozdrowotna - fizjoterapia	fizjoterapeuta Piotr Gołuchowski
11.12.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic

13.12.2024	piątek	1	11.00-12.00	Z Pamiętnika Seniora - spisujemy nasze wspomnienia	prowadzący Roman Hamerla
		0,5	12.00-12.30	Zajęcia taneczne	prowadzący Łukasz Maligłówka
16.12.2024	poniedziałek	4	16.00-20.00	Wigilia Senioralna	animator Urszula Mianowska
18.12.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
27.12.2024	piątek	1	11.00-12.00	Poświęteczne spotkanie w Klubie	animator Urszula Mianowska
		0,5	12.00-12.30	Zajęcia taneczne	prowadzący Łukasz Maligłówka
30.12.2024	poniedziałek	2	11.00-13.00	Mija Rok - wspomnienia Nowy Rok - życzenia	animator Urszula Mianowska