



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni "

ZAJĘCIA TEMATYCZNE W ŻARECKIM KLUBIE SENIORA - kwiecień 2024 rok

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
03.04.2024	środa	1	11.00-12.00	Zajęcia relaksacyjne przy muzyce	animator Urszula Mianowska
10.04.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
12.04.2024	piątek	1	11.30-12.30	Zajęcia taneczne	prowadzący Łukasz Maligłówka

15.04.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Edukacja prozdrowotna - fizjoterapia	fizjoterapeuta Piotr Gołuchowski
17.04.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
22.04.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1,00	12.00-13.00	Relaksacja i naturalne metody poprawy zdrowia	doktor Grzegorz Gabryś

24.04.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
26.04.2024	piątek	1	11.30-12.30	Zajęcia taneczne	animator Urszula Mianowska
29.04.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Psychoedukacja i porady psychologiczne	psycholog Ola Radosz