



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni "

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

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
04.11.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Rozmowy przy kawie i herbacie	animatore Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Porady dietetyczne	dietetyk Maligłowska Łukasz

06.11.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
07.11.2024	czwartek	5	17.00-22.00	SENIORIADA	animator Urszula Mianowska
08.11.2024	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
13.11.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic

15.11.2024	piątek	1	11.00-12.00	Rozmowy przy kawie i herbacie	animator Urszula Mianowska
		1	12.00-13.00	Debata historyczna - Polska wolna - Polska pod zaborami	prowadzący Mirosław Kula
18.11.2024	poniedziałek	1	11.00-13.00	Benefis Magdy Brzegowskiej	animator Urszula Mianowska
20.11.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
22.11.2024	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 Maligłówa
25.11.2024	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

27.11.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
29.11.2024	piątek	1	11.00-12.00	Rozmowy przy kawie i herbacie	animator Urszula Mianowska
		1	12.00-12.00	Rebusy, łamigłówki, zagadki	animator Urszula Mianowska