



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni " edycja III
ZAJĘCIA W ŻARECKIM KLUBIE SENIORA - maj 2024 rok

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
06.05.2024	poniedziałek	1	11.00-15.00	Wyjazd do Złotego Potoku "na rybkę"	animator Urszula Mianowska
08.05.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
		2	12.00-14.00	Bezpieczeństwo Seniorów	policjanci z Komendy Powiatowej w Myszkowie
10.05.2024	piątek	2	11.00-13.00	Spotkanie z historią	prelegent Miroslaw Kula

13.05.2024	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
15.05.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
17.05.2024	piątek	1	11.30-12.30	Zajęcia taneczne	prowadzący Łukasz Maligłowska

20.05.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Porady dietetyczne	prowadzący Łukasz Maligłówa
22.05.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
24.05.2024	piątek	1	11.30-12.30	Zajęcia taneczne	prowadzący Łukasz Maligłówa
27.05.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Edukacja prozdrowotna - fizjoterapia	fizjoterapeuta Piotr Gołuchowski
29.05.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic