



Żarecki Klub Seniora " Barwy Jesieni "

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

DATA	DZIEŃ TYGODNIA	ILOŚĆ GODZIN	GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ	PROWADZĄCY
02.08.2024	piątek	2	11.00-13.00	Ćwiczenia umysłu - rebusy, łamigłówki, zagadki	animator Urszula Mianowska
05.08.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Gmina przyjazna seniorom - spotkanie z burmistrzem Adamem Zamorą	burmistrz Adam Zamora
07.08.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dziedzic
09.08.2024	piątek	2	11.00-13.00	Klambury i inne zabawy	animator Urszula Mianowska

12.08.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Naturalne metody poprawy zdrowia	doktor Grzegorz Gabryś
14.08.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic

19.08.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	12.00-13.00	Porady dietetyczne	dietetyk Łukasz Maligłowska
21.08.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic
23.08.2024	piątek	2	11.00-13.00	Ćwiczenia umysłu - rebusy, łamigłowski, zagadki	animator Urszula Mianowska

26.08.2024	poniedziałek	1	11.00-12.00	Zajęcia edukacyjne - muzyczne	muzyk Jan Kanty Gryzik
		1	11.00-12.00	Edukacja prozdrowotna - fizjoterapia	fizjoterapeuta Piotr Gołuchowski
28.08.2024	środa	1	11.00-12.00	Aktywizacja fizyczna Seniorów	fizjoterapeuta Monika Dzedzic