



## HARMONOGRAM KLUBU SENIORA + NA MARZEC 2023r.

| Dni tygodnia                          | Godziny otwarcia Klubu | Formy prowadzonych zajęć                         |
|---------------------------------------|------------------------|--|
| Tematyczny poniedziałek<br>27.02.2023 | 11:15 - 15:15          | -Zajęcia tematyczne<br>-Spotkanie przy kawie     |
| Kulinarny wtorek<br>28.02.2023        | 11:15 - 15:15          | -Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia kulinarne           |
| Kreatywna środa<br>01.03.2023         | 11:15 - 15:15          | - Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia z rękodzieła       |
| Wycieczka do Regietowa<br>02.03.2023  | 11:15 - 15:15          | - Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia z rękodzieła       |
| Filmowy piątek<br>03.03.2023          | 11:15 - 15:15          | -Spacer, zajęcia relaksacyjne<br>- Seans filmowy |



## HARMONOGRAM KLUBU SENIORA + NA MARZEC 2023r.

| Dni tygodnia                          | Godziny otwarcia Klubu | Formy prowadzonych zajęć                                     |
|---------------------------------------|------------------------|--|
| Tematyczny poniedziałek<br>06.03.2023 | 15:15-19:15            | -Zajęcia z Panią Rehabilitantką<br>-Gry stolikowe przy kawie |
| Kulinarny wtorek<br>07.03.2023        | 15:15-19:15            | -Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia kulinarne                       |
| Kreatywna środa<br>08.03.2023         | 15:15-19:15            | -Zajęcia relaksacyjne<br>-Celebrowanie Dnia Kobiet           |
| Artystyczny czwartek<br>09.03.2023    | 15:15-19:15            | -Zajęcia ogólnousprawniające<br>-Zajęcia z rękodzieła        |
| Filmowy piątek<br>10.03.2023          | 15:15-19:15            | - Zajęcia ruchowe<br>-Seans filmowy                          |



## HARMONOGRAM KLUBU SENIORA + NA MARZEC 2023r.

| <b>Dni tygodnia</b>                   | <b>Godziny otwarcia Klubu</b> | <b>Formy prowadzonych zajęć</b>                       |
|---------------------------------------|-------------------------------|---|
| Tematyczny poniedziałek<br>13.03.2023 | 11:15 - 15:15                 | -Zajęcia ogólnousprawniające<br>-Zajęcia z rękodzieła |
| Kulinarny wtorek<br>14.03.2023        | 11:15 - 15:15                 | -Zajęcia z Panią Rehabilitantką                       |
| Kreatywna środa<br>15.03.2023         | 11:15 - 15:15                 | -Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia z rękodzieła             |
| Artystyczny czwartek<br>16.03.2023    | 11:15 - 15:15                 | -Zajęcia ogólnousprawniające<br>-Zajęcia kulinarne    |
| Filmowy piątek<br>17.03.2023          | 11:15 - 15:15                 | -Spotkanie z Policjantem                              |



## HARMONOGRAM KLUBU SENIORA + NA MARZEC 2023r.

| Dni tygodnia                          | Godziny otwarcia Klubu | Formy prowadzonych zajęć                                      |
|---------------------------------------|------------------------|---|
| Tematyczny poniedziałek<br>20.03.2023 | 15:15-19:15            | -Zajęcia artystyczne<br>-Spotkanie przy kawie, przegląd prasy |
| Kulinarny wtorek<br>21.03.2023        | 15:15-19:15            | -Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia kulinarne                        |
| Kreatywna środa<br>22.03..2023        | 15:15-19:15            | -Zajęcia ruchowe<br>-Zajęcia z rękodzieła                     |
| Artystyczny czwartek<br>23.03.2022    | 15:15-19:15            | -Zajęcia ogólnousprawniające<br>-Zajęcia z rękodzieła         |
| Filmowy piątek<br>24.03.2022          | 15:15-19:15            | -Spacer, zajęcia relaksacyjne<br>- Seans filmowy              |



## HARMONOGRAM KLUBU SENIORA + NA MARZEC 2023r.

| Dni tygodnia                          | Godziny otwarcia Klubu | Formy prowadzonych zajęć                                |
|---------------------------------------|------------------------|---|
| Tematyczny poniedziałek<br>27.03.2023 | 11:15 - 15:15          | -Zajęcia tematyczne<br>-Gry świetlicowe, karciane       |
| Kulinarny wtorek<br>28.03.2023        | 11:15 - 15:15          | -Zajęcia ruchowe - Nordic walking<br>-Zajęcia kulinarne |
| Kreatywna środa<br>29.03.2023         | 11:15 - 15:15          | -Aerobik przy muzyce<br>-Zajęcia z rękodzieła           |
| Artystyczny czwartek<br>30.03.2023    | 11:15 - 15:15          | -Zajęcia ogólnousprawniające<br>-Zajęcia z rękodzieła   |
| Filmowy piątek<br>31.03.2023          | 11:15 - 15:15          | -Spacer, zajęcia relaksacyjne<br>- Seans filmowy        |

