



Program Wieloletni "Senior +" na lata 2021-2025, Edycja 2021 w ramach Modułu II  
"Zapewnienie funkcjonowania Klubu "Senior+".

**Harmonogram zajęć Klubu Senior + w Moszczenicy  
w okresie 01 czerwiec - 30 czerwiec 2022 r.**

<b>DATA</b>	<b>GODZINY OTWARCIA KLUBU</b>	<b>PLAN ZAJĘĆ</b>
<b>01.06.2022r.</b> (środa)	8:00 - 13:00	- zajęcia z fizjoterapeutą - rodzaje przyrządów do rehabilitacji domowej ( <i>fizjoterapeuta: Joanna Szczerba</i> ) - przegląd prasy, krzyżówki i rebusy
<b>02.06.2022r.</b> (czwartek)	13:00 - 18:00	- dzień według pomysłów seniorów
<b>03.06.2022r.</b> (piątek)	8:00 - 13:00	- spotkanie dotyczące zdrowia i urody połączone z zabiegami kosmetycznymi
<b>07.06.2022r.</b> (wtorek)	8:00 - 13:00	- wspólne spędzanie czasu - czytanie, oglądanie telewizji, korzystanie z Internetu
<b>08.06.2022r.</b> (środa)	8:00 - 13:00	- zajęcia z fizjoterapeutą - konsultacje fizjoterapeutyczne ( <i>fizjoterapeuta: Joanna Szczerba</i> )
<b>09.06.2022r.</b> (czwartek)	13:00 - 18:00	- seans filmowy w Klubie Seniora
<b>10.06.2022r.</b> (piątek)	8:00 - 13:00	- zajęcia z terapeutą zajęciowym - warsztaty kulinarne - pierogi ( <i>terapeuta zajęciowy: Bożena Orlińska</i> )



Program Wieloletni "Senior +" na lata 2021-2025, Edycja 2021 w ramach Modułu II  
"Zapewnienie funkcjonowania Klubu "Senior+".

**Harmonogram zajęć Klubu Senior + w Moszczenicy  
w okresie 01 czerwiec - 30 czerwiec 2022 r.**

DATA	GODZINY OTWARCIA KLUBU	PLAN ZAJĘĆ
14.06.2022r. (wtorek)	8:00 - 13:00	- zajęcia świetlicowe
15.06.2022r. (środa)	8:00 - 13:00	- zajęcia z fizjoterapeutą - ćwiczenia na sprzętach znajdujących się w ośrodku (rowerek treningowy, bieżnia, orbitrek) ( <i>fizjoterapeuta: Joanna Szczerba</i> )
16.06.2022r. (czwartek)	<b>BOŻE CIAŁO</b>	
17.06.2022r. (piątek)	8:00 - 13:00	- warsztaty literackie - czytanie z podziałem na role - dyskusja na temat przeczytanej książki
21.06.2022r. (wtorek)	8:00 - 13:00	- spacer po okolicy z okazji pierwszego dnia lata - rozmowy przy kawie i herbacie
22.06.2022r. (środa)	8:00 - 13:00	- zajęcia z fizjoterapeutą - gimnastyka, rozciąganie ( <i>fizjoterapeuta: Joanna Szczerba</i> )
23.06.2022r. (czwartek)	13:00 - 18:00	- obchody Dnia Taty w Klubie Senior +
24.06.2022r. (piątek)	8:00 - 13:00	- zajęcia z terapeutą zajęciowym - zajęcia kulinarne - przygotowanie sałatek owocowych oraz warzywnych ( <i>terapeuta zajęciowy: Bożena Orlińska</i> )



Program Wieloletni "Senior +" na lata 2021-2025, Edycja 2021 w ramach Modułu II  
"Zapewnienie funkcjonowania Klubu "Senior+".

**Harmonogram zajęć Klubu Senior + w Moszczenicy  
w okresie 01 czerwiec - 30 czerwiec 2022 r.**

<b>DATA</b>	<b>GODZINY OTWARCIA KLUBU</b>	<b>PLAN ZAJĘĆ</b>
<b>28.06.2022r.</b> (wtorek)	8:00 - 13:00	- dzień porządków w Klubie Seniora
<b>29.06.2022r.</b> (środa)	8:00 - 13:00	- zajęcia z fizjoterapeutą - ćwiczenia relaksacyjne (fizjoterapeuta: <i>Joanna Szczerba</i> ) -świątujemy uroczystość św. Piotra i Pawła
<b>30.06.2022r.</b> (czwartek)	13:00 - 18:00	- spotkanie z pracownikiem socjalnym