

Projekt pn. "Razem z Szansą – wzrost dostępności usług opiekuńczych i wsparcie opiekunów faktycznych w Gminie Kępno" realizowany w ramach Wielkopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014- 2020.
Oś Priorytetowa 7 Włączenie społeczne, Działanie 7.2 Usługi społeczne i zdrowotne,
Poddziałanie 7.2.2.: Usługi społeczne i zdrowotne- projekty konkursowe.

Całodzienny Klub Seniora ul. Sikorskiego 3 63-600 Kępno

SIERPIEŃ 2023

DATA	DZIEŃ	GODZINY	PROGRAM
01.08.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 16.00	RĘKODZIEŁO GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>grupa popołudniowa</i>
02.08.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY GRY PLANSZOWE
03.08.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	TAO YIN – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY- <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
04.08.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE
07.08.23	PON.	11.30 12.00 13.30	MOC ODDECHU ROZMOWY INDYWIDUALNE MUZYKOTERAPIA

08.08.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 16.00	RĘKODZIEŁO GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>grupa popołudniowa</i>
09.08.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30 15.00	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY ŁAMIGŁÓWKI, GRY, QUIZY RAJD ROWEROWY ZAKOŃCZONY GRILLEM -OSINY (wyjazd spod klubu)
10.08.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	TAO YIN – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY- <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
11.08.23	PT.	09.00 13.30	WYJAZD DO PAŁACU W GOSZCZU – na zapisy KINO W KLUBIE
14.08.23	PON.	11.30 12.00	MOC ODDECHU ROZMOWY INDYWIDUALNE
16.08.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY PRZEGLĄD PRASOWY
17.08.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	TAO YIN – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY- <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
18.08.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE
21.08.23	PON.	11.30 12.00	MOC ODDECHU ROZMOWY INDYWIDUALNE

		13.30	KARAOKE
22.08.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 16.00	RĘKODZIEŁO GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>grupa popołudniowa</i>
23.08.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY BIBLIOTERAPIA
24.08.23	CZW..	10.00 14.00 15.00	TAO YIN – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY- <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
25.08.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE
28.08.23	PON.	11.30 12.00 13.30	MOC ODDECHU ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, GRY, QUZIIY
29.08.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 15.00	RĘKODZIEŁO GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAKOŃCZENIE WAKACJI – COUNTRY IMPREZA W PLENERZE
30.08.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY SPACER NA ZAKOŃCZENIE LATA

31.08.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	TAO YIN – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY- <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
----------	------	-------------------------	---