

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*

## **STYCZEŃ 2022**

DATA	DZIEŃ	GODZINY	PROGRAM
2.01.23	PON.	13.30	POEZJA ŚPIEWANA - wiersze
3.01.23	WT.	9.00 13.30 14.00 16.00	RĘKODZIEŁO – <i>zwierzęta leśne malowane na drewnie</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>grupa popołudniowa – wykład „SCHORZENIA WIEKU SENIORALNEGO RZS I ZZSK”</i>
4.01.23	ŚR.	11.00 13.30	TENIS STOŁOWY MUZYKOTERAPIA – <i>kolędowanie</i>
5.01.23	CZW.	13.45 15.00	TRENING AUTOGENNY PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
9.01.23	PON.	12.00 13.30	ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY, GRY
10.01.23	WT.	10.00 12.30 13.30 15.00 16.00	RĘKODZIEŁO – <i>zwierzęta leśne malowane na drewnie</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>WYKŁAD O KĘPNIE, WIERSZE KLUBOWYCH POETÓW</i>

11.01.23	ŚR.	9.00 11.00 13.30	KRETYWNY SENIOR TENIS STOŁOWY MUZYKOTERAPIA – <i>kolędowe karaoke</i>
12.01.23	CZW.	13.45 15.00	TRENING AUTOGENNY PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
13.01.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE – <i>film przygodowy</i>
16.01.23	PON.	12.00 13.30	ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY, GRY
17.01.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 16.00	REKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>ZAJĘCIA MUZYCZNE – INTEGRACJA Z DZIEĆMI</i>
18.01.23	ŚR.	9.00 11.00 13.30	KRETYWNY SENIOR – <i>pieczenie ciasteczek</i> TENIS STOŁOWY MUZYKOTERAPIA – <i>quizy muzyczne</i>
19.01.23	CZW.	12.00 13.45 15.00	KULINARIA- <i>deser</i> TRENING AUTOGENNY PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
20.01.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE – <i>film przygodowy</i>
23.01.23	PON.	12.00 13.30	ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY, GRY
24.01.23	WT.	13.30 12.30	REKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i>

		13.30	ROZMOWY W GRUPIE
		14.00	PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
		16.00	ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – grupa popołudniowa – <i>LEGENDY CZ. 1</i>
25.01.23	ŚR.	9.00	KREATYWNY SENIOR – <i>ćwiczenia relaksacyjne</i>
		11.00	<b>TURNIEJ TENISA STOŁOWEGO</b>
		13.30	MUZYKOTERAPIA – <i>quizy muzyczne</i>
26.01.23	CZW.	9.00	MASAŻE – <i>na zapisy</i>
		13.45	TRENING AUTOGENNY
		15.00	PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
27.01.23	PT.	10.00	ZUMBA
		11.00	WARSZTAT MALARSKI
		13.30	KINO W KLUBIE – <i>film dokumentalny</i>
30.01.23	PON.	12.00	ROZMOWY INDYWIDUALNE
		13.30	ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY, GRY
31.01.23	WT.	10.00	RĘKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i>
		12.30	GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i>
		13.30	ROZMOWY W GRUPIE
		14.00	PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
		16.00	ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – grupa popołudniowa – <i>LEGENDY CZ. 2</i>