

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

WRZESIEŃ 2023

DATA	DZIEŃ	GODZINY	PROGRAM
01.09.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE - <i>film pt: „ Filip” cz. 1</i>
04.09.23	PON.	11.30 12.00 13.30	MOC ODDECHU – <i>ćwiczenia oddechowe</i> ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY ,GRY
05.09.23	WT.	10.00 10.00 12.30 14.00	RĘKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i> ERGOTERAPIA – <i>przygotowania do imprezy</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> SPOTKANIE INTEGRACYJNE- IMPREZA COUNTRY
06.09.23	ŚR.	11.00 11.30 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY – <i>deser</i> MUZYKOTERAPIA
07.09.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	MEDYTACJA W RUCHU – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY – <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
08.09.23	PT.	10.00 11.00	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI

		13.30	KINO W KLUBIE - <i>film pt: „ Filip” cz. 2</i>
10.09.23	ND.	14.00	WYJAZD ZESPOŁU HARMONIA DO USTRONIA
11.09.23	PON.	11.30 12.00 13.30	MOC ODDECHU – <i>ćwiczenia oddechowe</i> ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY ,GRY
12.09.23	WT.	10.00 12.30 13.30 16.00 17.00	RĘKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE ZAJĘCIA INTEGRACYJNE WYJAZD ZESPOŁU HARMONIA NA PÓLKO
13.09.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY – <i>deser</i> BIBLIOTERAPIA
14.09.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	MEDYTACJA W RUCHU – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY – <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
15.09.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE <i>film pt:„ Blues Jazzmana” cz. 1</i>
18.09.23	PON.	11.30 12.00 13.30	MOC ODDECHU – <i>ćwiczenia oddechowe</i> ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY ,GRY
19.09.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 16.00	RĘKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE

20.09.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY – <i>deser</i> MUZYKOTERAPIA
21.09.23	CZW.	10.00 14.00 15.00	MEDYTACJA W RUCHU – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY – <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
22.09.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE <i>film pt: „Blues Jazzmana” cz. 2</i>
25.09.23	PON.	11.30 12.00 13.30	MOC ODDECHU – <i>ćwiczenia oddechowe</i> ROZMOWY INDYWIDUALNE ŁAMIGŁÓWKI, QUIZY ,GRY
26.09.23	WT.	10.00 12.30 13.30 14.00 16.00	RĘKODZIEŁO – <i>prace ręczne</i> GIMNASTYKA OGÓLNOUSPRAWNIAJĄCA – <i>na krzesłach</i> ROZMOWY W GRUPIE PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA ZAJĘCIA INTEGRACYJNE
27.09.23	ŚR.	11.00 11.00 13.30	TENIS STOŁOWY TRENING KULINARNY – <i>deser</i> BIBLIOTERAPIA
28.09.23	CZW.	9.00 10.00 14.00 15.00	MASAŻE – <i>na zapisy</i> MEDYTACJA W RUCHU – <i>ćwiczenia ciała i umysłu</i> TRENING AUTOGENNY – <i>relaksacja</i> PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA
28.09.23	PT.	10.00 11.00 13.30	ZUMBA WARSZTAT MALARSKI KINO W KLUBIE <i>film pt: „Blżej”</i>

