

**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*

**LUTY 2020**

| <b>DATA</b> | <b>DZIEŃ</b> | <b>GODZINA</b>                                 | <b>PROGRAM</b>  |
|-------------|--------------|--|---|
| 3.02.2020   | PT.          | 10.00<br>11.45<br>13.30<br>14.30               | TERAPIA RUCHEM – <i>sala gimnastyczna</i><br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>ARTETERAPIA- <i>przygotowanie ozdób walentynkowych</i><br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA |
| 4.02.2020   | WT.          | 11.00<br>13.30<br>16.00                        | <b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>PROCESY POZNAWCZE<br>ZAJĘCIA INTEGRACYJNE- <i>quizy</i>   |
| 5.02.2020   | ŚR.          | 9.15<br>10.00<br>11.30-14.30<br>11.45<br>15.30 | <b>KRETYWNY SENIOR – zabawa karnawałowa★</b><br>DECOUPAGE<br>ROZMOWY INDYWIDUALNE<br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA                   |
| 6.02.2020   | CZW.         | 10.00<br>11.30<br>11.45                        | <b>RĘKODZIEŁO – prace ręczne ★</b><br>ROZMOWY INDYWIDUALNE<br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b>  |
| 7.02.2020   | PT.          | 11.00<br>13.30                                 | <b>ARTETERAPIA – dekorowanie sali</b><br><b>RELAKS- odprężenie przy muzyce★</b>   |

| DATA       | DZIEŃ | GODZINA                               | PROGRAM  |
|------------|-------|---------------------------------------|--|
| 10.02.2020 | PT.   | 10.00<br>11.45<br>13.30<br>14.30      | TERAPIA RUCHEM – <i>sala gimnastyczna</i><br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>PROCESY POZNAWCZE– <i>ćwiczenie refleksu, pamięci krótkotrwałej</i><br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA |
| 11.02.2020 | WT.   | 11.00<br>13.30<br>16.00               | LUDOTERAPIA – <i>gry strategiczne, planszowe, quizy</i><br>BIBLIOTERAPIA – <i>czytanie opowiadań</i><br>ZAJĘCIA INTEGRACYJNE- <i>literatura miłosna z okazji Walentynek</i>        |
| 12.02.2020 | ŚR.   | 9.15<br>10.00<br>11.30-14.30<br>15.30 | <b>KREATYWNY SENIOR – soki naturalne, quiz z wiedzy ogólnej★</b><br>DECOUPAGE<br>ROZMOWY INDYWIDUALNE<br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA  |
| 13.02.2020 | CZW.  | 10.00<br>11.30<br>11.45               | <b>RĘKODZIEŁO – prace ręczne ★</b><br>ROZMOWY INDYWIDUALNE<br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b>   |
| 14.02.2020 | PT.   | 11.00<br>13.30                        | <b>RELAKS- odprężenie przy muzyce★</b><br>MUZYCZNE WALENTYNKI  |

| DATA       | DZIEŃ | GODZINA                 | PROGRAM   |
|------------|-------|-------------------------|---|
| 17.02.2020 | PT.   | 10.00<br>11.45<br>13.30 | TERAPIA RUCHEM – <i>sala gimnastyczna</i><br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>ZAJĘCIA INTEGRACYJNE – <i>Imieniny Pana Zenona</i> |

|            |      |                                       |  |
|------------|------|---------------------------------------|--|
| 18.02.2020 | WT.  | 11.00<br>13.30<br>16.00               | LUDOTERAPIA – gry strategiczne, planszowe, quizy<br>BIBLIOTERAPIA – czytanie powiadań<br>ZAJĘCIA INTEGRACYJNE- spotkanie grupy popołudniowej z grupą nauczycieli – WYSTĘP ZESPOŁU HARMONIA |
| 19.02.2020 | ŚR.  | 9.15<br>10.00<br>11.30-14.30<br>15.30 | <b>KREATYWNY SENIOR – tłusta środa - zabawa karnawałowa★</b><br>DECOUPAGE<br>ROZMOWY INDYWIDUALNE<br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA  |
| 20.02.2020 | CZW. | 10.00<br>11.45<br>13.30               | <b>RĘKODZIEŁO – prace ręczne ★</b><br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>PANEL DYSKUSYJNY – tradycje tłustego czwartku  |
| 21.02.2020 | PT.  | 11.00<br>13.30                        | LUDOTERAPIA- gry na spostrzeganie<br><b>RELAKS- odprężenie przy muzyce★</b>  |

| <b>DATA</b> | <b>DZIEŃ</b> | <b>GODZINA</b>                                 | <b>PROGRAM</b>  |
|-------------|--------------|--|---|
| 24.02.2020  | PT.          | 10.00<br>11.45<br>13.30<br>14.30               | TERAPIA RUCHEM – <i>sala gimnastyczna</i><br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>PROCESY POZNAWCZE<br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA                                |
| 25.02.2020  | WT.          | 11.30<br>13.30<br>16.00                        | BIBLIOTERAPIA – <i>spotkanie z Paniami z Biblioteki</i><br>PANEL DYSKUSYJNY<br>ZAJĘCIA INTEGRACYJNE- <i>ŚLEDZIK</i>   |
| 26.02.2020  | ŚR.          | 9.15<br>10.00<br>11.45<br>11.30-14.30<br>15.30 | <b>KREATYWNY SENIOR –<i>lamiglówki geograficzne</i>★</b><br>DECOUPAGE<br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>ROZMOWY INDYWIDUALNE<br>PRÓBA ZESPOŁU HARMONIA |
| 27.02.2020  | CZW.         | 10.00<br>10.00<br>11.45<br>13.30               | <b>RĘKODZIEŁO –<i>prace ręczne</i>★</b><br>SPOTKANIE Z RADCĄ PRAWNYM- CWO<br><b>GIMNASTYKA Z ELEMENTAMI JOGI★</b><br>MUZYKOTERAPIA                              |
| 28.02.2020  | PT.          | 11.00<br>12.00<br>13.30                        | KULINOTERAPIA – <i>pieczenie ciasteczek</i><br>SPOTKANIE Z PSYCHOLOGIEM – wykład - CWO<br><b>RELAKS- <i>odprężenie przy muzyce</i>★</b>                         |

**★ROZSZERZENIE OFERTY KLUBU SENIORA**

