



TYGODNIOWY HARMONOGRAM ZAJĘĆ KLUBU SENIOR + W MOCHOWIE

HARMONOGRAM DNIA 03.03.2025 r.- poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
Od 11 do 15	Sprawy bieżące Klubu Senior + Omówienie harmonogramu na miesiąc marzec

HARMONOGRAM DNIA 04.03.2025 r.- wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-12 12-17	Zajęcia z trenerką/ Próba Chóru Złota Jesień Prace manualne- przygotowanie materiałów do palmy wielkanocnej (KWIATKI, BAZIE)

HARMONOGRAM DNIA 06.03.2025 r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-10 10-16	Wspólne rozmowy, czytanie prasy Warsztaty z rękodzieła – tworzenie palmy wielkanocnej

HARMONOGRAM DNIA 10.03.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	DZIEŃ KOBIET I MĘŻCZYZN W KLUBIE SENIOR +



HARMONOGRAM DNIA 11.03.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
Od 9 do 11 11-17	Sprawy klubowe/ Próba Chóru Zajęcia z rękodzieła – dalszy ciąg składania palmy wielkanocnej

HARMONOGRAM DNIA 13.03.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
Od 8 do 16	Warsztaty wielkanocne - PISANKI

HARMONOGRAM DNIA 17.03.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
Od 11 do 15	STAWIAMY NA ZDROWIE Zdrowo-kolorowo koktajle warzywno- owocowe Pogadanka z dietetykiem

HARMONOGRAM DNIA 18.03.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-10 10-12 12-17	Próba Chóru Złota Jesień Ćwiczenia z trenerką Rękodzieło artystyczne – wieczne róże ze wstążki

HARMONOGRAM DNIA 20.03.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-10 10-12 12-16	Sprawy bieżące Klubu, rozmowy, czytanie prasy Warsztaty w Malanowie- rękodzieło – kartka z życzeniami Socjoterapia - ćwiczenia pamięci – rozwiązywanie łamigłówek



HARMONOGRAM DNIA 24.03.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Warsztaty wielkanocne – stroiki z gałązek brzozy

HARMONOGRAM DNIA 25.03.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-10 10-15 15-17	Próba Chóru Złota Jesień Warsztaty wielkanocne – dalsze prace nad stroikami Wystrój sali na Wielkanoc

HARMONOGRAM DNIA 27.03.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-10 10-16	Sprawy bieżące , wspólna kawa , herbata Arteterapia- malowanie po numerkach na drewnie i tkaninie

HARMONOGRAM DNIA 31.03.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Warsztaty rękodzieła artystycznego- wiosenne drzewko z bibuły





Projekt współfinansowany w ramach Programu Wieloletniego „Senior +” na lata 2021-2025, EDYCJA 2025
MODUŁ II „Zapewnienie funkcjonowania Klubu Senior+”