

TYGODNIOWY HARMONOGRAM ZAJĘĆ KLUBU SENIOR + W MOCHOWIE**HARMONOGRAM DNIA 02.10.2025 r.- czwartek**

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-16	Dzień klubowy- sprawy bieżące

HARMONOGRAM DNIA 06.10.2025 r.- poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Zajęcia kulinarne (sezonowe warzywo) – Dynia w roli głównej

HARMONOGRAM DNIA 07.10.2025 r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-17	Jesień – zmiana dekoracji na sali spotkań w Klubie Senior +

HARMONOGRAM DNIA 09.10.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-10 10-12 12-16	Sprawy Klubowe, czytanie prasy Warsztaty Malanowo Ćwiczenia rozciągające, odpoczynek, relaks przy grach planszowych (ćwiczymy pamięć Gra 5 sekund)

HARMONOGRAM DNIA 13.10.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Warsztaty rękodzieła - pająki

HARMONOGRAM DNIA 14.10.2025 r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-17	Warsztaty rękodzieła- sztuka składania papieru - origami

HARMONOGRAM DNIA 16.10.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-16	Dalszy ciąg warsztatów rękodzieła – pająki – dekorowanie sali

HARMONOGRAM DNIA 20.10.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Ćwiczenia pamięci – gry planszowe, karty, łamigłówki

HARMONOGRAM DNIA 21.10.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-17	Warsztaty rękodzieła – malowanie szyszek na bukiety



HARMONOGRAM DNIA 23.10.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-16	Warsztaty rękodzieła-bukiety z szyszek

HARMONOGRAM DNIA 27.10.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Warsztaty rękodzieła – stroiki na groby

HARMONOGRAM DNIA 28.10.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-17	Warsztaty rękodzieła – stroiki na groby ciąg dalszy

HARMONOGRAM DNIA 30.10.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-12.30 12.30-13.30 13.30-16	Jesienny spacer nordic walking Wizyta dietetyka – ćwiczenia rozciągające Porządki w Klubie Senior+

