

TYGODNIOWY HARMONOGRAM ZAJĘĆ KLUBU SENIOR + W MOCHOWIE**HARMONOGRAM DNIA 01.09.2025 r.- poniedziałek**

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Sprawy Bieżące Klubu Senior + Omówienie harmonogramu na miesiąc wrzesień Refleksje po niedzielnym Marszu Nordic – Walking

HARMONOGRAM DNIA 02.09.2025 r.- wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9- 10	Wspólne przeglądanie prasy, dyskusje na temat przeczytanych artykułów Wolontariat - Zajęcia kulinarne – smalec (poczęstunek dla pielgrzymów) Porządki w Klubie
10-17	

HARMONOGRAM DNIA 04.09.2025 r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-16	Dalszy ciąg przygotowań (wolontariat) Prace w szklarni

HARMONOGRAM DNIA 08.09.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Socjoterapia- ćwiczenia pamięci Krzyżówki, rebusy, wykreślanki

HARMONOGRAM DNIA 09.09.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-10 10-15 15-17	Prace w szklarni- porządki Tworzymy gazetkę ścienną w Klubie Senior + Śpiewamy ulubione piosenki- terapia muzyką

HARMONOGRAM DNIA 11.09.2025 r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-10 10-12 12-16	Omówienie spraw bieżących Klubu Warsztaty Malanowo- Malowanie na szkle Relaks przy grach stolikowych – karty, warcaby...

HARMONOGRAM DNIA 15.09.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Dbamy o zdrowie – marsz Nordic Walking – spacer po okolicy

HARMONOGRAM DNIA 16.09.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-17	Dbamy o sprawność rąk – robimy bransoletki (nawlekanie koralików)

HARMONOGRAM DNIA 18.09.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-16	Imieninki wrześniowych solenizantów



HARMONOGRAM DNIA 22.09.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	WIZYTA PRZEDSTAWICIELI BANKU ŻYWNOŚCI -pogadanka dotycząca żywności

HARMONOGRAM DNIA 23.09.2025r. - wtorek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
9-17	Dzień filmowy w Klubie Senior +- oglądamy film na sali kinowej pt. : „ Zanim się pojawiłeś” oraz druga część pt.: „ Kiedy odszedłeś”

HARMONOGRAM DNIA 25.09.2025r. - czwartek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
8-11 11-12 12-16	Sprawy bieżące Klubu Wizyta dietetyka- ćwiczenia usprawniające nasze ciało Arteterapia- malowanie mandali

HARMONOGRAM DNIA 29.09.2025r. - poniedziałek

GODZINY	RODZAJ ZAJĘĆ
11-15	Zajęcia kulinarne – jabłko w roli głównej – ciasto z jabłkami (Światowy Dzień Jabłka w Polsce – 28 września)



HARMONOGRAM DNIA 30.09.2025r. - wtorek

GODZINY	
8-16	Zajęcia wolontariackie- warsztaty kulinarne – robimy dżem z dyni dla Dzieci z Domu Dziecka

