

## HARMONOGRAM ZAJĘĆ POPOŁUDNIOWEGO KLUBU SPOŁECZNOŚCIOWEGO NA MIESIĄC GRUDZIEŃ

Szczegółowe informacje dotyczące prowadzonych zajęć można uzyskać pod numerem telefonu 32 202-87-27 lub w siedzibie Klubu przy ul. Głogowskiej 23.

01 - 03.12.2021							
ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK			
13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.		
13:30 16:00	Grupa hobbystyczna "Kreatywni" - wykonujemy ozdoby choinkowe z papierów kolorowych, holograficznych i plastikowych kubków.	13:30 16:00	Gry i zabawy ruchowe z użyciem chusty animacyjnej, pilek sensorycznych i balonów. Zajęcia integracyjne: kalambury.	13:30 16:00	Akademia umysłu: zagadki logiczne, ćwiczenia dot. funkcji wzrokowo-przestrzennych. Zajęcia ruchowe: ćwiczenia na rozgrzewkę, poprawiające koordynację ruchową, ćwiczenia rozluźniające mięśnie.		
06 - 10.12.2021							
PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		PIĄTEK	
13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.
13:30 16:00	Arteterapia: wykonujemy własnoręcznie kartki okolicznościowe i upominki mikołajkowe z zimnej porcelany dla naszych bliskich. Zajęcia integracyjne: Legendy i podania o Świętym Mikołaju.	13:30 16:00	Grupa hobbystyczna "Ciekawi świata" - Laponia - z wizytą u Świętego Mikołaja. Gry zręcznościowe z wykorzystaniem pilek, ćwiczenia z zestawem dysków sensorycznych.	13:30 16:00	Zabawa Mikołajkowa z udziałem animatorów z Fundacji Auxilium.	13:30 16:00	Grupa hobbystyczna "Kreatywni": Tradycje kulinarne dot. adwentu i Świąt (z wykorzystaniem przepisów podanych przez uczestników). Zajęcia relaksacyjne z wykorzystaniem projektora świetlnego i dźwiękowego.
						13:30 16:00	Akademia umysłu - rozwiązywanie łamigłówek i zagadek logicznych, krzyżówki i sudoku. Zajęcia ruchowe z wykorzystaniem chusty animacyjnej i pilek sensorycznych, a także płyt sensorycznych.
13 - 17.12.2021							
PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		PIĄTEK	
13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.
13:30 16:00	Zajęcia plastyczne - wykonujemy kartki świąteczne z kolorowych papierów, tekturek i nalepek. Gry i zabawy ruchowe z wykorzystaniem pilek i balonów, ćwiczenia na minisilowni DDPS.	13:30 16:00	Ćwiczenia logopedyczne i zabawy artykulacyjne. Zajęcia integracyjne: konkurs kołód (karaoke).	13:30 16:00	Akademia umysłu: rozwiązywanie zagadek logicznych, dokańczenie przysłów, ćwiczenia dot. funkcji językowych, ćwiczenia na koncentrację i spostrzegawczość (z wykorzystaniem kanału YouTube, + materiały do ćwiczeń w domu).	13:30 16:00	Grupa hobbystyczna "Kreatywni" - Ekologiczna choinka - zajęcia z elementami hortiterapii. Muzykoterapia : muzyka relaksacyjna i Rebirthing.
						13:30 16:00	Grupa hobbystyczna "Ciekawi świata" - Najpiękniejsze i największe choinki świata". Yoga dla seniorów.
20-24.12.2021							
PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		PIĄTEK	
13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.
13:30 16:00	Zajęcia plastyczne: robimy stroiki wigilijne z wykorzystaniem gałązek choinkowych, filcu, modeliny i zimnej porcelany. Zajęcia muzyczno - biesiadne - wspólne śpiewanie kołód oraz opowiadanie o tradycjach wigilijnych i świątecznych.	13:30 16:00	Zajęcia relaksacyjne z elementami automasażu oraz z wykorzystaniem projektora świetlnego i dźwiękowego. Zajęcia integracyjne - wspólne strojenie choinki.	13:30 16:00	Gry i zabawy ruchowe z wykorzystaniem chusty animacyjnej, pilek sensorycznych oraz dysków i płyt sensorycznych.	13:30 16:00	Spotkanie oplatkowe.
							Dzień wolny
27 - 31.12.2021							
PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		PIĄTEK	
13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.	13:00	Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek.
13:30 16:00	Zajęcia integracyjne : gramy w "memo" dotykowe - stymulacja percepcji wzrokowej i dotykowej, ćwiczenie pamięci. Arteterapia: malujemy obrazy na piasku i piaskiem (z wykorzystaniem białego piasku kwarcowego).	13:30 16:00	Grupa hobbystyczna "Kreatywni" - pomysły klubowiczów na wykonanie strojów na bal przebierańców. Grupa hobbystyczna "Ciekawi świata" - zwyczaje karnawałowe w Polsce i na świecie.	13:30 16:00	Akademia umysłu: łamigłówki i szarady (+materiały do ćwiczeń w domu). Yoga dla seniorów.	13:30 16:00	Zajęcia integracyjne : konkurs karaoke pt. "Przeddzień Sylwestra". Zajęcia ruchowe z wykorzystaniem pilek sensorycznych i chusty animacyjnej.
						08:00 12:00	Zajęcia kulinarne: zwyczaje kulinarne dot. karnawału (z wykorzystaniem przepisów podanych przez pensjonariuszy. Zabawa sylwestrowa.

Harmonogram zajęć może ulec zmianie ze względu na warunki pogodowe i inne czynniki.