## HARMONOGRAM ZAJĘĆ POPOŁUDNIOWEGO KLUBU SPOŁECZNOŚCIOWEGO NA MIESIĄC WRZESIEŃ

**Szczegółowe informacje dotyczące prowadzonych zajęć można uzyskać pod numerem telefonu 32 254-06-93 lub w siedzibie Klubu przy ul. Tysiąclecia 45.**

| 01-02.09.2022 | | | |
|---|---|---|---|
| CZWARTEK | | PIĄTEK | |
| 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. |
| 13:30<br>16:00 | Zajęcia usprawniajace pamięć. | 13:30<br>16:00 | Zajecia ruchowe - ćwiczenia z piłeczkami. Zagadki logiczne. |

| 05-09.09.2022 | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PONIEDZIAŁEK | | WTOREK | | 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. | 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. |
| 13:30<br>16:00 | Zajecia plastyczne - szkicowanie portretów. | 13:30<br>16:00 | Akademia umysłu - ćwiczenia poprawiajace kreatywność myślenia. | 13:30<br>16:00 | Zajęcia ruchowe z woreczkami sensorycznymi. Spacer nad do parku. | 13:30<br>16:00 | Zajecia manualne - kompozycje jesienne. | 13:30<br>16:00 | Ćwiczenia usprawniajace pamięć . |

| 12-16.09.2022 | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PONIEDZIAŁEK | | WTOREK | | ŚRODA | | CZWARTEK | | PIĄTEK | |
| 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 14:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 15:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 16:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. |
| 13:30<br>16:00 | Wyjście do ogrodu. | 13:30<br>16:00 | Zajęcia plastyczne - malowanie farbami akrylowymi. | 13:30<br>16:00 | Ćwiczenia usprawniające pamięc i koncentrację. | 13:30<br>16:00 | Zajęcia plastyczne - malowanie farbami akrylowymi. | 13:30<br>16:00 | Zajęcia kulinarne- kolorowe kanapki. |

| 19-23.09.2022 | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PONIEDZIAŁEK | | WTOREK | | ŚRODA | | CZWARTEK | | PIĄTEK | |
| 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 14:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 15:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 16:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. |
| 13:30<br>16:00 | Kalambury zabawa integracyjna. | 13:30<br>16:01 | Zajecia manualne - ozdoby z kolorowych kamyczków. | 13:30<br>16:02 | Wyjscie do biblioteki przy ul. Gliwickiej. | 13:30<br>16:03 | Ćwiczenia usprawniające pamieć i koncentrację. | 13:30<br>16:00 | Zajęcia plastyczne - ozdabianie metodą decoupage. |

| 26-30.09.2022 | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PONIEDZIAŁEK | | WTOREK | | ŚRODA | | CZWARTEK | | PIĄTEK | |
| 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 14:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 15:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 16:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. | 13:00 | Zbiórka. Czas wolny. Rozmowy indywidualne. Poczęstunek. |
| 13:30<br>16:00 | Wspolne oglądanie filmow -komedia w roli głównej. | 13:30<br>16:00 | Wyjście do Biblioteki. | 13:30<br>16:00 | Zajecia ruchowe - joga dla seniora. | 13:30<br>16:03 | Zajęcia kulinarne. | 13:30<br>16:00 | Integracja. |

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