**PLAN DZIAŁALNOŚCI KULTURALNO – OŚWIATOWEJ,**



**TERAPII ZAJĘCIOWEJ, PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ**

**W DDP "SENIOR" NA MIESIĄC LIPIEC 2019**

**DDP.0113 –12/19**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***DATA*** | ***GODZ.*** | ***NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA*** |
| 01.07.2019  poniedziałek | 9.00  12.00  **16.00**  17.00 | Gimnastyka przy muzyce  **Zebranie Zarządu Stowarzyszenia Seniorów „Trzeci Wiek” oraz Rady DDP „Senior”**  **Warsztaty tańca**  Spotkanie grupy AA „Równość” |
| 02.07.2019  wtorek | **8.15**  9.00  14.00 | **Wyprawa rowerowa seniorów**  Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów |
| 03.07.2019  środa | 9.00  16.00 | Gimnastyka przy muzyce  **Spotkanie integracyjne w przydomowym ogródku – degustacja kiełbasek z grilla (obowiązuje wpisowe)** |
| 04.07.2019  czwartek | 9.00  14.00  16.00 | Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów  Spotkanie brydżystów |
| 05.07.2019  piątek | 9.00  10.00  14.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce  **Podziwiamy uroki natury – spacer do Parku Wrocławskiego ( wspólne wyjście z DDP „Senior”)**  Spotkanie szachistów  **Filmoteka seniora „Rzymskie wakacje”** |
| 06.07.2019  sobota | **16.00** | **Wieczorek z tańcami** |
| 08.07.2019  poniedziałek | 9.00  **16.00**  17.00 | Gimnastyka przy muzyce  **Warsztaty tańca**  Spotkanie grupy AA „Równość” |
| 09.07.2019  wtorek | **8.15**  9.00  14.00 | **Wyprawa rowerowa seniorów**  Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów |
| 10.07.2019  środa | 9.00  11.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce  Warsztaty grawerowania  **Spotkanie integracyjne w przydomowym ogródku – degustacja grzanek z grilla z pastami (obowiązuje wpisowe)** |
| 11.07.2019  czwartek | 9.00  14.00  16.00 | Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów  Spotkanie brydżystów |
| 12.07.2019  piątek | 9.00  14.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów  **Filmoteka seniora „Zamiana z Księżniczką”** |
| 13.07.2019  sobota | **16.00** | **Wieczorek z tańcami** |
| 15.07.2019  poniedziałek | 9.00  9.00  **16.00**  17.00 | Gimnastyka przy muzyce  Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina”  **Warsztaty tańca**  Spotkanie grupy AA „Równość” |
| 16.07.2019  wtorek | 8.15  9.00  14.00 | **Wyprawa rowerowa seniorów**  Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów |
| 17.07.2019  środa | 9.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce  **Spotkanie integracyjne w przydomowym ogródku – degustacja koktajli owocowych (obowiązuje wpisowe)** |
| 18.07.2019  czwartek | 9.00  9.00 14.00  16.00 | Gimnastyka przy muzyce  Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina”  Spotkanie szachistów  Spotkanie brydżystów |
| 19.07.2019  piątek | 9.00  14.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów  **Filmoteka seniora „Żona na niby”** |
| 20.07.2019  sobota | **16.00** | **Wieczorek z tańcami** |
| 22.07.2018  poniedziałek | 9.00  9.00  **16.00**  17.00 | Gimnastyka przy muzyce  Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina”  **Warsztaty tańca**  Spotkanie grupy AA „Równość |
| 23.07.2019  wtorek | 9.00  13.00 | Gimnastyka przy muzyce  Spotkanie szachistów |
| 24.07.2019  środa | 9.00  9.00 10.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce  Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina”  Warsztaty grawerowania  **Cukierenka Babuni** |
| 25.07.2019  czwartek | 9.00  **10.00**  14.00  16.00 | Gimnastyka przy muzyce  **Zajęcia kulinarne**  Spotkanie szachistów  Spotkanie brydżystów |
| 26.07.2019  piątek | 9.00  **10.00**  10.00 | Gimnastyka przy muzyce  **Zajęcia kulinarne** Zajęcia zespołu „Wrzos” |
| 27.07.2019  sobota | **13.00** | **11. FESTIWAL NARODÓW – TEREN PRZED HALĄ WIDOWISKOWO – SPORTOWĄ - RCS** |
| 29.07.2019  poniedziałek | 9.00  **16.00**  17.00 | Gimnastyka przy muzyce  **Warsztaty tańca**  Spotkanie grupy AA „Równość” |
| 30.07.2019  wtorek | **8.15**  9.00  13.00 | **Wyprawa rowerowa seniorów**  Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów |
| 31.07.2019 środa | 9.00  **16.00** | Gimnastyka przy muzyce  **Spotkanie integracyjne w przydomowym ogródku (obowiązuje wpisowe)** |
|  |  |  |

**Zastrzega się możliwość wprowadzania zmian w programie!**

Zachęcamy Państwa do korzystania ze sprzętu rehabilitacyjnego, zabiegów masażu relaksującego, gier stolikowych, telewizji, DVD, biblioteczki.

**Strona internetowa: www.mops.lubin.pl (zakładka – DDP "Senior")   
e-mail:** [**senior@mops.lubin.pl**](mailto:senior@mops.lubin.pl) **tel. 76/ 746 83 61 lub 782 704 400 tel., fax. 76/ 847 98 04**