

**PLAN DZIAŁALNOŚCI KULTURALNO – OŚWIATOWEJ,  
TERAPII ZAJĘCIOWEJ, PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ  
W DDP "SENIOR" NA MIESIĄC LIPIEC 2018**



**DDP.0113 – 13/18**

<i>DATA</i>	<i>GODZ.</i>	<i>NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA</i>
01.07.2018r. niedziela	<b>8.00</b>	<b>Wyjazd na wczasy do Mrzeżyna (parking przy ul. Odrodzenia)</b>
02.07.2018 poniedziałek	9.00 13.00 16.00 17.00	Gimnastyka przy muzyce Pomiar wagi i ciśnienia tętniczego krwi Warsztaty rękodzieła Spotkanie grupy AA „Równość”
03.07.2018 wtorek	9.00 12.00	Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów
04.07.2018 środa	9.00 10.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty grawerowania <b>Spotkanie integracyjne w przydomowym ogródku (obowiązuje wpisowe)</b>
05.07.2018 czwartek	9.00 14.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów Spotkanie brydżystów
06.07.2018 piątek	9.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce <b>Film DVD „Nigdy nie mów żegnaj”</b>
07.07.2018 sobota	<b>16.00</b>	<b>Wieczorek z tańcami</b>
09.07.2018 poniedziałek	9.00 13.00 16.00 17.00	Gimnastyka przy muzyce Pomiar wagi i ciśnienia tętniczego krwi Warsztaty rękodzieła Spotkanie grupy AA „Równość”
10.07.2018 wtorek	9.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów
11.07.2018 środa	9.00 10.00	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty grawerowania
12.07.2018 czwartek	9.00 14.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów Spotkanie brydżystów

13.07.2018 piątek	9.00 <b>10.00</b>	Gimnastyka przy muzyce <b>Wycieczka rowerowa (obowiązują zapisy)</b>
14.07.2018 sobota	<b>16.00</b>	<b>Wieczorek z tańcami</b>
16.07.2018 poniedziałek	9.00 9.00 16.00 17.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty rękodzieła Spotkanie grupy AA „Równość”
17.07.2018 wtorek	<b>10.00</b>  14.00	<b>„Wyginam śmiało ciało” – gimnastyka integracyjna na stadionie RCS</b> Spotkanie szachistów
18.07.2018 środa	9.00 13.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Pomiar ciśnienia tętniczego krwi <b>Spotkanie integracyjne w przydomowym ogródku (obowiązuje wpisowe)</b>
19.07.2018 czwartek	9.00 14.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów Spotkanie brydżystów
20.07.2018 piątek	9.00 <b>15.00</b>	Gimnastyka przy muzyce <b>Podziwiamy uroki natury – spacer do Parku Wrocławskiego</b>
21.07.2018 sobota	<b>16.00</b>	<b>Wieczorek z tańcami</b>
23.07.2018 poniedziałek	9.00 9.00 16.00 17.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty rękodzieła Spotkanie grupy AA „Równość”
24.07.2018 wtorek	9.00 <b>12.00</b> 13.00	Gimnastyka przy muzyce <b>Spacer do Parku Wyżykowskiego</b> Spotkanie szachistów
25.07.2018 środa	9.00 9.00 10.00 13.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty grawerowania Pomiar ciśnienia tętniczego krwi <b>Cukierenka Babuni</b>
26.07.2018 czwartek	9.00 <b>10.00</b> 14.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce <b>Zajęcia kulinarne</b> Spotkanie szachistów Spotkanie brydżystów

27.07.2018 piątek	<b>10.00</b>	<b>Zajęcia kulinarne</b>
28.07.2018 sobota	<b>14.00</b>	<b>10. FESTIWAL NARODÓW – TEREN PRZED HALĄ WIDOWISKOWO - SPORTOWĄ</b>
30.07.2018 poniedziałek	9.00 16.00 17.00	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty rękodzieła Spotkanie grupy AA „Równość”
31.07.2018 wtorek	9.00 13.00	Gimnastyka przy muzyce Spotkanie szachistów

**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](http://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**