

**PLAN DZIAŁALNOŚCI KULTURALNO – OŚWIATOWEJ, TERAPII  
ZAJĘCIOWEJ, PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ W DDP „SENIOR”  
NA MIESIĄC MARZEC 2019**

**DDP.0113 – 4/19**

<i><b>DATA</b></i>	<i><b>GODZ.</b></i>	<i><b>NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA</b></i>
01.03.2019 piątek	9.00 11.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Spotkanie szachistów
02.03.2019 sobota	<b>16.00</b>	<b>Wieczór z tańcami</b> <b>Pogadanka z rozdaniem broszur informacyjnych</b> <b>na temat: „Znaczenia witamin dla zdrowia”</b>
04.03.2019 poniedziałek	9.00 9.00 16.00 17.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty rękodzieła Spotkanie Grupy AA „Równość”
05.03.2019 wtorek	9.00 10.00 13.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Wrzos” Pomiar ciśnienia tętniczego krwi Spotkanie szachistów
06.03.2019 środa	9.00 10.00 13.00 14.15 17.00	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty grawerowania (obowiązują zapisy) Zajęcia na kręgielni RCS Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni” Spotkanie Stowarzyszenia „Agata”
07.03.2019 czwartek	9.00 9.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
08.03.2019 piątek	9.00 11.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” <b>Spotkanie z okazji Dnia Kobiet (obowiązują zapisy)</b>
09.03.2019 sobota	<b>16.00</b>	<b>Filmoteka Seniora - „Lepiej późno, niż później”</b>
11.03.2019 poniedziałek	9.00 9.00 16.00 16.30 17.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty rękodzieła Zajęcia chóru „Cantabile” Spotkanie Grupy AA „Równość”

12.03.2019 wtorek	9.00 10.00 <b>10.00</b> 14.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Wrzos” <b>Spotkanie Związku Niewidomych z okazji Dnia Kobiet</b> Spotkanie szachistów <b>Spotkanie Stowarzyszenia Kresowian</b>
13.03.2019 środa	9.00 10.00 <b>10.00</b> 13.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty grawerowania (obowiązują zapisy) <b>Spotkanie Związku Kombatantów z okazji Dnia Kobiet</b> Zajęcia na kręgielni RCS <b>Koncert zespołu „Górska Hora” - OK „Wzgórze Zamkowe” (obowiązują zapisy)</b>
14.03.2019 czwartek	9.00 9.00 16.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów <b>Zebranie sprawozdawczo – wyborcze Sekcji Emerytów ZNP</b>
15.03.2019 piątek	9.00 11.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Spotkanie szachistów
16.03.2019 sobota	<b>16.00</b>	<b>Filmoteka Seniora - „Pamiętnik”</b>
18.03.2019 poniedziałek	9.00 9.00 16.00 16.30 17.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty rękodzieła Zajęcia chóru „Cantabile” Spotkanie Grupy AA „Równość”
19.03.2019 wtorek	9.00 10.00 14.00 <b>16.00</b>	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkanie szachistów <b>„Józefinki seniorów” - spotkanie integracyjne (obowiązują zapisy)</b> <b>Zebranie sprawozdawcze Stowarzyszenia Seniorów „Trzeci Wiek”</b>
20.03.2019 środa	9.00 10.00 13.00 14.15 17.00	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty grawerowania (obowiązują zapisy) Zajęcia na kręgielni RCS Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni” Spotkanie Stowarzyszenia „Agata”

21.03.2019 czwartek	9.00 9.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce <b>Powitanie wiosny (obowiązuje wpisowe – informacje u instruktorów)</b> Spotkanie brydżystów
22.03.2019 piątek	9.00 11.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Spotkanie szachistów
23.03.2019 sobota	<b>16.00</b>	<b>Filmoteka Seniora - „Amelia”</b>
25.03.2019 poniedziałek	9.00 9.00 16.00 16.30 17.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Warsztaty rękodzieła Zajęcia chóru „Cantabile” Spotkanie Grupy AA „Równość”
26.03.2019 wtorek	9.00 <b>9.30</b> 10.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce <b>Konkurs kulinarny „Z gruszki i z pietruszki” (karty zgłoszenia u instruktorów)</b> Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkanie szachistów
27.03.2019 środa	9.00 10.00 13.00 14.15	Gimnastyka przy muzyce Warsztaty grawerowania (obowiązują zapisy) Zajęcia na kręgielni RCS Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
28.03.2019 czwartek	9.00 9.00 16.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
29.03.2019 piątek	9.00 11.00 14.00	Gimnastyka przy muzyce Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Spotkanie szachistów
30.03.2019 sobota	<b>16.00</b>	<b>Filmoteka Seniora - „Kocha, lubi, szanuje”</b>

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

Zachęcamy Państwa do korzystania ze sprzętu gimnastycznego, zabiegów masażu relaksującego, gier stolikowych, telewizyjnych, 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