

**PLAN DZIAŁALNOŚCI KULTURALNO – OŚWIATOWEJ,
TERAPII ZAJĘCIOWEJ, PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ
W DDP "SENIOR" NA MIESIĄC MAJ 2023**



DDP.0113. I – 5/23

DATA	GODZ.	NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA
01.05.2023 poniedziałek	14.00	Występ zespołów „Wrzos”, „Bez Nazwy” oraz „Hosadyna od Lubina” podczas X Festiwalu Kwiatów i Roślin pt. „Zapach wiosny” w Parku Leśnym
02.05.2023 wtorek	9.00 10.30 11.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Próba solistów
04.05.2023 czwartek	9.00 9.30 10.30 11.30 12.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów Zebranie Zarządu Stowarzyszenia Seniorów „Trzeci Wiek” oraz Rady Domu DDP „Senior”
05.04.2023 piątek	9.00 11.00 11.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Spotkania seniorów przy herbatce Gry stolikowe i karciane
06.05.2023 sobota	16.00	WIECZÓR Z TAŃCAMI
08.05.2023 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkania seniorów przy herbatce
09.05.2023 wtorek	9.00 10.30 11.00 13.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie Stowarzyszenia Kresowian Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
10.05.2023 środa	9.00 9.00 12.00 12.00 13.15	Gimnastyka Cukierenka Babuni Masaż relaksacyjny Spotkanie Koła Amazonek Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
11.05.2023 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Turniej w kręgle – zawody indywidualne - kręgielnia RCS (obowiązują zgłoszenia) Spotkanie brydżystów

12.05.2023 piątek	9.00 11.00 11.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Spotkania seniorów przy herbatce Gry stolikowe i karciane
13.05.2023 sobota	16.00	WIECZÓR Z TAŃCAMI
15.05.2023 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkania seniorów przy herbatce
16.05.2023 wtorek	9.00 9.00 10.30 13.15	Gimnastyka Cukierenka Babuni Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
17.05.2023 środa	6.30 9.00 11.00 12.00	Wyjazd do Wojsławic i Henrykowa (parking obok RCS przy ul. Odrodzenia) Realizacja Projektu „Piękna Nasza Polska Cała” Gimnastyka Spotkanie Koła Diabetyków Spotkanie Koła Amazonek
18.05.2023 czwartek	9.00 9.30 10.30 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
19.05.2023 piątek	9.00 10.00 11.00 11.00 13.00	Gimnastyka Wyjazd do Teatru im. Modrzejewskiej w Legnicy na spektakl „Ożenek” (obowiązuje wpisowe) Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Gry stolikowe i karciane
20.05.2023 sobota	16.00	WIECZÓR Z TAŃCAMI Pogadanka z ankietą dotyczącą diagnozowania sarkopenii - „Ruch wydłuża życie i leczy”
22.05.2023 poniedziałek	9.00 10.30 11.00 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Masaż relaksacyjny Spotkania seniorów przy herbatce
23.05.2023 wtorek	9.00 10.30 13.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”

24.05.2023 środa	9.00 9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Cukierenka Babuni Spotkania seniorów przy herbatce Majówka w plenerze – spotkanie integracyjne na RANCZO - Realizacja Projektu „Seniorski Szlak” (obowiązują zapisy)
25.05.2023 czwartek	9.00 9.30 10.30 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyzna od Lubina” Spotkanie brydżystów
26.05.2023 piątek	9.00 11.00 11.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Spotkania seniorów przy herbatce Gry stolikowe i karciane
27.05.2023 sobota	16.00	Występ zespołów z Domu Dziennego Pobytu „Senior” „Prawo do miłości” tereny zielone koło Kościoła św. Wojciecha WIECZÓR Z TAŃCAMI
29.05.2023 poniedziałek	9.00 10.30 11.00 11.00 11.00 12.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Masaż relaksacyjny Spotkania seniorów przy herbatce Kreatywne inspiracje – malowanie balonami
30.05.2023 wtorek	9.00 10.30 13.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyzna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
31.05.2023 środa	9.00 9.00 11.00 16.00	Gimnastyka Cukierenka Babuni Spotkania seniorów przy herbatce Spotkanie z okazji Dnia Matki i Ojca, Zebranie Sprawozdawcze Stowarzyszenia Seniorów „Trzeci Wiek” (obowiązują zapisy)

Zastrzega się możliwość wprowadzania zmian w programie!

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

***Seniorze, jeżeli jeszcze tutaj nie trafiłeś – dołącz do nas !
Czekają na Ciebie różne formy zajęciowe, spotkania
i nowe znajomości.***

Strona internetowa: www.mops.lubin.pl (zakładka – DDP "Senior")

e-mail: senior@mops.lubin.pl

tel. 76/ 746 83 61 lub 782 704 400, tel., fax. 76/ 847 98 04

