

**PLAN DZIAŁALNOŚCI KULTURALNO – OŚWIATOWEJ,
TERAPII ZAJĘCIOWEJ, PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ
W DDP "SENIOR" NA MIESIĄC MARZEC 2025**



DDP.0113. I – 3 /25

DATA	GODZ.	NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA
01.03.2025	16.00	Wieczorek taneczny
03.03.2025 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
04.03.2025 wtorek	9.00 10.30 12.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
05.03.2025 środa	9.00 10.00 12.00	Gimnastyka Relaksacja (obowiązują zapisy) Spotkanie Koła Amazonek
06.03.2025 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
07.03.2025 piątek	9.00 10.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia Joga przy krześle. (Obowiązują zapisy) Zajęcia zespołu „Bez nazwy”
08.03.2025 sobota	16.00	Spotkanie relaksacyjne
10.03.2025 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
11.03.2025 wtorek	9.00 10.00 10.30 12.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie stowarzyszenia Kresowian Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”

12.03.2025 środa	9.00 11.00 16.00	Gimnastyka Spotkanie seniorów przy herbatce Spotkanie z okazji Dnia Kobiet (obowiązują zapisy) Zebranie sprawozdawczo-wyborcze Rady DDP „Senior”
13.03.2025 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
14.03.2025 piątek	9.00 10.00 11.00 11.00	Gimnastyka Spotkanie Polskiego Związku Niewidomych Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Spotkanie seniorów przy herbatce
15.03.2025 sobota	16.00	Gry stolikowe
17.03.2025 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkania seniorów przy herbatce
18.02.2025 wtorek	9.00 10.00 12.15 16.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni” Zebranie sprawozdawczo - wyborcze Stowarzyszenia Emerytów i Rencistów byłych Pracowników KGHM
19.03.2025 środa	9.00 12.00	Gimnastyka Spotkanie Koła Amazonek
20.03.2025 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Powitanie wiosny. Spacer do Doliny Zimnicy (obowiązuje wpisowe) Spotkanie brydżystów
21.03.2025 piątek	9.00 10.00 11.00 11.00	Gimnastyka Udział Seniorów w Dniu Kolorowej Skarpetki czyli Światowym Dniu Osób z Zespołem Downa Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Spotkanie seniorów przy herbatce
22.03.2025 sobota	16.00	Popołudnie z książką

24.03.2025 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkania seniorów przy herbatce
25.03.2025 wtorek	9.00 10.00 12.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
26.03.2025 środa	9.00 10.30	Gimnastyka Rozstrzygnięcie konkursu fotograficznego „Ludzie w obiektywie”
27.03.2024 czwartek	9.00 9.30 10.00 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Wizyta młodzieży z Ośrodka Szkolno -Wychowawczego w Lubinie Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
28.03.2024 piątek	9.00 10.00 11.00 11.00	Gimnastyka Udział zespołu teatralnego „Pozytywni” w Dniu Teatru-CDT Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Spotkanie seniorów przy herbatce
29.03.2025 sobota	16.00	Seans filmowy
31.03.2024 poniedziałek	9.00 9.00 9.30 11.00 11.00	Zebranie Rady DDP „Senior” Stowarzyszenia Trzeci Wiek Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Wrzos” Spotkania seniorów przy herbatce

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")
portal na Facebook: Dom Dziennego Pobytu „Senior”
e-mail: senior@mops.lubin.pl
tel. 76/ 746 83 61 lub 782 704 400, tel., fax. 76/ 847 98 04