

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



DDP.5061.8.2026

DATA	GODZ	NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA
01.07.2026 środa	9.00 12.00	Gimnastyka Spotkanie Koła Amazonek
02.07.2026 czwartek	9.00 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
03.07.2026 piątek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Gra towarzyska BINGO
04.07.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
06.07.2026 poniedziałek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Spacer do Parku Wrocławskiego Zajęcia zespołu „Wrzos”
07.07.2026 wtorek	9.00 15.00	Gimnastyka Spotkanie w przydomowym ogródku – grill- obowiązuje wpisowe
08.07.2026 środa	9.00 11.00	Gimnastyka Gra towarzyska BINGO
09.07.2026 czwartek	9.00 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
10.07.2026 piątek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Arteterapia – kreatywne malowanie Mandali
11.07.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
13.07.2026 poniedziałek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”

14.07.2026 wtorek	9.00 10.30 16.00	Gimnastyka Spotkanie Stowarzyszenia „Kresowian” Ćwiczenie pamięci w formie zabawy
15.07.2026 środa	9.00 12.00 11.00	Gimnastyka Spotkanie Koła Amazonek Gra towarzyska BINGO
16.07.2026 czwartek	9.00 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
17.07.2026 piątek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Arteterapia – kreatywne malowanie Mandali
18.07.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
20.07.2026 poniedziałek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
21.07.2026 wtorek	9.00 10.00 16.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie integracyjne - „Kapitańskie tango” – obowiązuje wpisowe
22.07.2026 środa	9.00 11.00	Gimnastyka Gra towarzyska BINGO
23.07.2026 czwartek	9.00 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
24.07.2026 piątek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Arteterapia – kreatywne malowanie Mandali – relaksacja
25.07.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
27.07.2026 poniedziałek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
28.07.2026 wtorek	9.00 10.00 16.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Pogaduchy kulturalne

29.07.2026 środa	9.00 11.00	Gimnastyka Gra towarzyska BINGO
30.07.2026 czwartek	9.00 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
31.07.2026 piątek	9.00 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Arteterapia – kreatywne malowanie Mandali - relaksacja

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