

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



DDP.5061.1.2026

DATA	GODZ	NAZWA SPOTKANIA, ZAJĘCIA
01.10.2026 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30 16.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów Pogaduchy kulturalne – rozmowy o kulturze i nie tylko - tytuł spotkania „Muzyka mojego życia – piosenki, które przywołują wspomnienia”
02.10.2026 piątek	9.00 11.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Gry stolikowe
03.10.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
05.10.2026 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
06.10.2026 wtorek	9.00 10.00 12.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
07.10.2026 środa	9.00 11.00 12.00 16.00	Gimnastyka Gra towarzyska BINGO Spotkanie Koła Amazonek Filmoteka Seniora
08.10.2026 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
09.10.2026 piątek	9.00 10.00 11.00 13.00	Gimnastyka Spotkanie członków Lubińskiego Koła Związku Niewidomych z okazji Międzynarodowego Dnia Białej Laski Zajęcia zespołu „Bez nazwy” Gry stolikowe
10.10.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny

12.10.2026 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
13.10.2026 wtorek	9.00 10.00 10.30 12.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Spotkanie Stowarzyszenia „Kresowian” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
14.10.2026 środa	9.00 11.00 15.00	Gimnastyka Gra towarzyska BINGO X Międzypokoleniowy Turniej Brydżowy Par z okazji Dnia Seniora
15.10.2026 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
16.10.2026 piątek	9.00 11.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Gry stolikowe
17.10.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
19.10.2026 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
20.10.2026 wtorek	9.00 10.00 12.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
21.10.2026 środa	9.00 10.00 12.00 13.00 16.00	Gimnastyka Konkurs Kulinaryny – „Marchewka w roli głównej” (obowiązują kart zgłoszenia) Spotkanie Koła Amazonek Gra towarzyska BINGO Gimnastyka umysłu – trening pamięci, uwagi i logicznego myślenia poprzez gry, łamigłówki i zadania
22.10.2026 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30 12.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów Arteterapia – przygotowywanie stroików na opuszczone groby

23.10.2026 piątek	9.00 11.00 12.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Sprzątanie opuszczonych i zaniedbanych grobów na Cmentarzu Komunalnym (stary cmentarz) Gry stolikowe
24.10.2026 sobota	16.00	Wieczorek taneczny
26.10.2026 poniedziałek	9.00 9.30 11.00 11.00	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Spotkania seniorów przy herbatce Zajęcia zespołu „Wrzos”
27.10.2026 wtorek	9.00 10.00 12.15	Gimnastyka Zajęcia zespołu ludowego „Hosadyna od Lubina” Zajęcia zespołu teatralnego „Pozytywni”
28.10.2026 środa	9.00 11.00 16.00	Gimnastyka Gra towarzyska BINGO Malowanie mandali- relaks, wyciszenie i odkrywanie artystycznej pasji
29.10.2026 czwartek	9.00 9.30 10.00 11.30	Gimnastyka Zajęcia grupy SM Zajęcia zespołu „Hosadyna od Lubina” Spotkanie brydżystów
30.10.2026 piątek	9.00 11.00 13.00	Gimnastyka Zajęcia zespołu „Bez Nazwy” Gry stolikowe
31.10.2026 sobota	13.00 16.00	Zapalnicze znicze w intencji zmarłych seniorów na Cmentarzu Komunalnym (stary cmentarz) Filmoteka Seniora

Zastrzega się możliwość wprowadzania zmian w programie!

Zachęcamy Państwa do korzystania ze strefy odpoczynku, gier stolikowych, telewizji, 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