

**HARMONOGRAM ZAJĘĆ KLUBU SENIOR+ W MIESIĄCU PAŹDZIERNIKU 2023 r.  
ZABIERZÓW ul. KOLEJOWA 11 (1 p.)**

<b>02.10.2023</b> poniedziałek	<b>09:00 -13:00 w tym 10:00 - 12:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>przygotowania do udziału w spotkaniu placówek Senior+</b>
<b>03.10.2023</b> wtorek	<b>08:00-16:00 lub 8:00 -10:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba „Rehabilis”</b>	<b>wojewódzkie spotkanie placówek Senior+ w Brzeźnicy zajęcia aktywności ruchowej</b>
<b>04.10.2023</b> środa	<b>9:00 - 13:00</b>	<b>Beata Jarema</b>	<b>rękodzieło artystyczne</b>
<b>05.10.2023</b> czwartek	<b>08:00 - 12:00</b>	<b>„Rehabilis”</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej</b>
<b>06.10.2023</b> piątek	<b>09:00 - 13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>jesienny trening pamięci „państwa - miasta”</b>
<b>09.10.2023</b> poniedziałek	<b>09:00 - 13:00 w tym 10:00 -12:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba Beata Jarema</b>	<b>słomiane inspiracje rękodzieło artystyczne</b>
<b>10.10.2023</b> wtorek	<b>08:00-12:00</b>	<b>„Rehabilis” Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej między 11:00 a 12:00 zaprasza klubowa biblioteczka</b>
<b>11.10.2023</b> środa	<b>09:00 - 13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia o charakterze arteterapii kotyliony</b>
<b>12.10.2023</b> czwartek	<b>08:00 - 11:00 11:00 -12:00</b>	<b>„Rehabilis” Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej zajęcia indywidualne (biblioteczka, komputer, maszyna do szycia)</b>

<b>13.10.2023</b> piątek	<b>09:00 -13: 00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia o charakterze arteterapii kotyliony</b>
<b>16.10.2023</b> poniedziałek	<b>9:00 – 13:00</b> w tym <b>10:00 – 12:00</b>	<b>Beata Jarema</b> <b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>rękodzieło artystyczne</b> <b>trening pamięci - krzyżówka</b>
<b>17.10.2023</b> wtorek	<b>09:00-13:00</b>	<b>Urszula</b> <b>Skrzypek/Dominika</b> <b>Czechowska</b>	<b>Wycieczka do Ogrodu Zoologicznego w Krakowie w ramach</b> <b>projektu socjalnego pracowników GOPS.</b>
<b>18.10.2023</b> środa	<b>09:00 – 13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia o charakterze arteterapii kotyliony</b>
<b>19.10.2023</b> czwartek	<b>08:00 – 11:00</b> <b>11:00 -12:00</b>	<b>„Rehabilis”</b> <b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej</b> <b>słomiane inspiracje</b>
<b>20.10.2023</b> piątek	<b>09:00 – 13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>warsztaty międzypokoleniowe z uczniami SP w</b> <b>Bolechowicach – jesienne drzewo wycinanka</b>
<b>23.10.2023</b> poniedziałek	<b>9:00 – 13:00</b> w tym <b>10:00 – 12:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b> <b>Beata Jarema</b>	<b>jesienny pająk (temat nie zrealizowany we wrześniu)</b> <b>rękodzieło artystyczne</b>
<b>24.10.2023</b> wtorek	<b>08:00 – 11:00</b> <b>11:00 -12:00</b>	<b>„Rehabilis”</b> <b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej</b> <b>rozmowy przy kawie</b>
<b>25.10.2023</b> środa	<b>9:00 -13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia o charakterze arteterapii jesienny pająk</b> <b>wykończenie</b>
<b>26.10.2023</b> czwartek	<b>08:00 – 11:00</b> <b>11:00 -12:00</b>	<b>„Rehabilis”</b> <b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej</b>
<b>27.10.2023</b> piątek	<b>09:00 – 13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>Jesienny spacer do Skały Kmity</b>

<b>30.10.2023</b> <b>poniedziałek</b>	<b>9:00 -13:00</b>	<b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>Pamiętamy o ... przygotowania do listopadowych świąt</b>
<b>31.10.2023</b> <b>wtorek</b>	<b>08:00 – 11:00</b> <b>11:00 -12:00</b>	<b>„Rehabilis”</b> <b>Jadwiga Kalemba</b>	<b>zajęcia aktywności ruchowej</b> <b>rozmowy przy kawie</b>

**Harmonogram ma charakter umowny. W zależności od innych propozycji, dyspozycji osób prowadzących lub oczekiwań seniorów temat i godziny spotkań mogą ulec zmianie. Aktualności dotyczące zajęć: profil FB Klub Senior+ w Zabierzowie.**

**W sali komputerowej uczestnicy zajęć mają możliwość skorzystania z dostępu do komputera z internetem, drukarką wraz z możliwością wykonania kserokopii i skanu dokumentów. W szatni dostępne są książki oraz czasopisma do skorzystania na miejscu lub wypożyczenia do domu.**

**SENIORZY (OSOBY POWYŻEJ 60 LAT, NIEAKTYWNI ZAWODOWO I MIESZKAJĄCY NA TERENIE GMINY ZABIERZÓW) ZAINTERESOWANI UDZIAŁEM W ZAJĘCIACH KLUBU PROSZENI SĄ O KONTAKT Z KIEROWNIKIEM KLUBU - p. Jadwiga Kalemba tel. 530 043 119 lub osobiście w siedzibie Klubu w godzinach otwarcia.**

**Uczestnictwo w zajęciach Klubu Senior+ w Zabierzowie jest odpłatne. Wysokość miesięcznej odpłatności jest ustalana każdorazowo podczas postępowania prowadzonego przez pracownika socjalnego Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Zabierzowie.**

**Wnioski o przyjęcie do Klubu Senior+ w Zabierzowie można otrzymać w siedzibie Klubu oraz w sekretariacie GOPS w Zabierzowie (ul. Cmentarna 2)**