



Published on *Ośrodek Pomocy Społecznej WAWER* (<http://opswawer.waw.pl>)

Strona główna > Formy pomocy > Klub Seniora > Miesięczny Harmonogram pracy

Miesięczny Harmonogram pracy Klubu Seniora - wrzesień 2016

ZAJĘCIA RUCHOWE W RAMACH KLUBU SENIORA			
Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
	8.30 – 9.30 Gimnastyka ogólnousprawniająca ul. Żegańska 1a WCK	8.30-10.00 Nordic Walking Falenica ul. Walcownicza, (przyst. A ul. Czekanowska)	
ZAJĘCIA W KLUBIE SENIORA PAPROCIOWA 2			
Poniedziałek 12.00-16.00	Wtorek 12.00-16.00	Środa 12.00-16.00	Czwartek 12.00-16.00
12.00 – Otwarcie klubu, czas wolny	12.15-13.00 Gimnastyka ogólna „Zawsze sprawni” – Urszula Stanowska	12.00-14.00 „Co w kuchni pachnie” (gdy nie ma spotkania z podróżami) Ewelina Belter/ Urszula Stanowska	12.15-13.00 Gimnastyka ogólna „Zawsze sprawni” – Urszula Stanowska
13.00-15.00 Szydełkowanie/wyszywanie Robótki ręczne - Teresa Marczak	13.15-14.00 Gimnastyka specjalna „Ruch dla zdrowia” – Urszula Stanowska	13.00-15.00 Dyżur pielęgniarki – s. Teresa Hartung	13.15-14.00 Gimnastyka specjalna „Ruch dla zdrowia” – Urszula Stanowska
13.00- 14.00	Czas wolny	12.30 – 14.00 Spotkanie z podróżami Hiszpania 14 września 2016r. Katarzyna Markowska	Czas wolny
14.00-16.00 Dyżur pracownika socjalnego - Marzanna Kownacka	15.00-15.45 „Życie zaczyna się po 60-tce” – Urszula Stanowska	13.00-16.00 1 raz w miesiącu wspólne wyjście do kina	14.30-15.15 Klinika pamięci Zajęcia ruchowe i nie tylko– Urszula Stanowska

Dane kontaktowe

Ośrodek Pomocy Społecznej	ul. Korkowa 119/123	e-mail: opswawer@wp.pl http://www.opswawer.waw.pl	tel/fax: 22 872 20 71
Dzielnicy Wawer m. st. Warszawy	04-519 Warszawa		



2014 Ośrodek Pomocy Społecznej Dzielnicy Wawer m. st. Warszawy Polityka plików cookies

Projekt i wykonanie:

URL źródłowy: <http://opswawer.waw.pl/miesi%C4%99czny-harmonogram-pracy-klubu-seniora-wrzesie%C5%84-2016>