**HARMONOGRAM ZAJĘĆ KLUBU SENIORA CIESZKOWSKIEGO 6 CZERWIEC 2021**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Wt. 01.06****12.00** kurs języka angielskiegopoziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy**13.00** **spacer Nordic Walking z fizjoterapeutą,** zbiórka pod przychodnią – zapisy | **Śr. 02.06****11.00 Przystań Seniora ul. Niciarniana 15: spotkanie z dietetyk** "Otwieramy się na wiosnę, czyli jak zgubić zbędne zimowe kg? co jeść i jak dbać o zdrowie wiosną"– zapisy**13.00** **spacer Nordic Walking z fizjoterapeutą,** zbiórka pod przychodnią – zapisy **15.00** seans filmowy: **„Wojna o prąd”** - zapisy | **Czw. 03.06****BOŻE CIAŁO - KLUB NIECZYNNY** | **Pt. 04.06****6.30** warsztaty geograficzne: Gniezno Biskupin **–** zapisy**10.00** Aquapark „Fala”gimnastyka w wodzie dla seniorów **–** zapisy**13.00** **spacer Nordic Walking z fizjoterapeutą,** zbiórka pod przychodnią – zapisy |
| **Pon. 07.06****12.00** Szycie maskotek przez seniorów dla dzieci – akcja charytatywna **–** zapisy**13.00** **spacer Nordic Walking z fizjoterapeutą,** zbiórka pod przychodnią – zapisy**14.00** ćwiczenia na rotorach usprawniające górne i dolne kończyny - zapisy**15.00** warsztaty komputerowe, porady indywidualne – zapisy | **Wt. 08.06****12.00** kurs języka angielskiego poziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy**13.00** **spacer Nordic Walking z fizjoterapeutą,** zbiórka pod przychodnią – zapisy | **Śr. 09.06****10.00 Wycieczka:** Oddział Martyrologii Radogoszcz ul. Zgierska 147 gr. II **–** zapisy**11.00 Przystań Seniora ul. Niciarniana 15:** Cholesterol, zły i dobry– zapisy**13.00** **spacer Nordic Walking z fizjoterapeutą,** zbiórka pod przychodnią – zapisy | **Czw. 10.06****12.00 Pracownia rękodzieła:** Świece żelowe – zapisy**14.00 Gimnastyka umysłu –** zapisy**16.00 – Kulinarne inspiracje:** Z jednego garnka - zapisy | **Pt. 11.06****10.00** Aquapark „Fala”gimnastyka w wodzie dla seniorów **–** zapisy**12.00** kurs języka angielskiego poziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy |
| **Pon. 14.06****11.00 Kulturalna Łódź:** spacer: Pałac Schweikertów, Art Inkubator, Bielnik Kopischa. Zbiórka róg ul. Piotrkowskiej i Tymienieckiego – zapisy**12.00 Pracownia rękodzieła:** Mydła ozdobne – zapisy**14.00 Gimnastyka umysłu –** zapisy**15.00** warsztaty komputerowe, porady indywidualne – zapisy**16.00 – Kulinarne inspiracje:** Zero waste- zapisy | **Wt. 15.06****6.30** warsztaty geograficzne:Sandomierz Opatów **–** zapisy**12.00** kurs języka angielskiego poziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy | **Śr. 16.06****15.00** seans filmowy: **„(Nie)znajomi” -** zapisy | **Czw. 17.06****12.00 Pracownia rękodzieła:** Naturalne peelingi – zapisy**14.00 Gimnastyka umysłu –** zapisy**16.00 – Kulinarne inspiracje:** Kolorowo i zdrowo - zapisy | **Pt. 18.06****10.00** Aquapark „Fala”gimnastyka w wodzie dla seniorów **–** zapisy**12.00** kurs języka angielskiego poziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy |
| **Pon. 21.06****12.00** Szycie maskotek przez seniorów dla dzieci – akcja charytatywna **–** zapisy**15.00** warsztaty komputerowe, porady indywidualne – zapisy | **Wt. 22.06****12.00** kurs języka angielskiego poziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy | **Śr. 23.06****15.00** seans filmowy: **„Legiony”** - zapisy | **Czw. 24.06****12.00** spacer p.t. „Zwierzęta starego Polesia” zbiórka lecznica pod Koniem ul. Kopernika 22 **–** zapisy**12.00 Pracownia rękodzieła:** Malowanie na szkle – zapisy**14.00 Gimnastyka umysłu –** zapisy**16.00 – Kulinarne inspiracje:** Zdrowe słodkości – zapisy | **Pt. 25.06****10.00** Aquapark „Fala”gimnastyka w wodzie dla seniorów **–** zapisy**12.00** kurs języka angielskiego poziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiegopoziom średniozaawansowany – zapisy |
| **Pon. 28.06****11.00 Kulturalna Łódź:** spacer ul. Roosevelta, Off Piotrkowska, kościół Jezuitów Zbiórka róg ul. Piotrkowskiej i Roosevelta – zapisy**13.00 Muzeum Farmacji Plac Wolności 2** wykład „Od alchemii do chemii i farmacji” **–** zapisy**15.00** warsztaty komputerowe, porady indywidualne – zapisy | **Wt. 29.06****12.00** kurs języka angielskiegopoziom podstawowy– zapisy**13.30** kurs języka angielskiego poziom średniozaawansowany – zapisy | **Śr. 30.06****15.00 seans filmowy: ”Song to Song”** - zapisy |  |  |

**WEEKENDY CZERWCA:**

**12.06 godz. 6.30** warsztaty geograficzne: Świętokrzyskie – zapisy

**19.06 godz. 19.00** Filharmonia Łódzka koncert „Voice of Hope” – zapisy

**27.06 godz. 7.30** warsztaty geograficzne: Warszawa - zapisy

**PORADY SPECJALISTÓW (zapisy pod nr telefonu 502 863 022):**

**PSYCHOLOG** wtorki godz. 13.00-15.00 **PRAWNIK** czwartki 14.00-16.00

**DORADCA RODZINNY** środy 13.00-15.00 **PRACOWNIK SOCJALNY** środy godz. 16.00-18.00

W Klubie Seniora prowadzimy zbiór nakrętek w ramach akcji **„Zostań Super Zakrętakiem”.** Nie wyrzucaj nakrętek – przynieś je do naszego KLUBU!!!