AI-VII.5110.7.3.2023

Ośrodek Pomocy Społecznej
Gminy Lubawa
Fijewo 73, 14-260 Lubawa
tel. 89/645-54-35
(12)

Fijewo, 01.03.2023r.

RAMOWY PROGRAM DZIAŁALNOŚCI KLUBU „SENIOR+" W ZŁOTOWIE - MARZEC 2023r.

DATA	TEMATYKA ZAJĘĆ
1.03.2023r.	**Klubowy kącik gier towarzyskich** – Bingo, Sokole Oko, Dobble, Blokus. **Kuchnia Seniora** – ciasto pleśniak.
2.03.2023r.	**Wyjazd do Hullo - Zajęcia Zdrowy Kręgosłup** **Spotkanie integracyjne przy kawie razem z uczestnikami Klubu Senior + z Mortęg**
8.03.2023r.	**Zajęcia handmade** – dekoracja i wystrój sali na Dzień Kobiet.
9.03.2023r.	**Klubowy kącik gier towarzyskich** – Państwa i miasta, Kalambury, Bingo. **Aktywny senior** – ćwiczenia oddechowe z wykorzystaniem piórek i słomek. **Przygotowania do Dnia Kobiet.**
10.03.2023r.	**"Siłownia pamięci"** - układanki i zadania z zapałkami, ukryte obrazki, krzyżówki. **Zajęcia kreatywne** – dekoracja i wystrój sali na Dzień Kobiet. **Przygotowania do Dnia Kobiet.**
11.03.2023r.	**Wydarzenie o charakterze międzypokoleniowym – Spotkanie z okazji Dnia Kobiet**
14.03.2023r.	**Zajęcia handmade** – wiosenne kwiaty z krepy – tulipany, krokusy, żonkile, narcyzy. **Kuchnia Seniora** – domowa pizza.
15.03.2023r.	**Klubowy kącik gier towarzyskich** – Warcaby, Chińczyk, Blokus, Jenga, Halli Galli. **Aktywny senior** – ćwiczenia ogólnorozwojowe z wykorzystaniem piłek, gum oporowych oraz krążków sensorycznych.
16.03.2023r.	**"Siłownia pamięci"** - sudoku, wykreślanki, krzyżówki, zagadki, rebusy, ukryte obrazki. **Zajęcia kreatywne** – kwiaty z plastikowych łyżeczek.
21.03.2023r.	**Zajęcia handmade** – wazoniki ze szklanych butelek. **Kuchnia Seniora** – kruche ciasteczka z cukrem.
22.03.2023r.	**Zajęcia sensoryczne** – doskonalimy zmysł dotyku – Zgadnij, co jest w pudełeczku. **"Siłownia pamięci"** - Stoliczku nakryj się - zabawa usprawniająca pamięć seniorów. **Klubowy kącik gier towarzyskich** – Warcaby, Bingo, Sokole oko, Dobble.
23.03.2023r.	**"Siłownia pamięci"** - zajęcia na macie z elementami kodowania, zakodowane obrazki. **Zajęcia kreatywne** – obrazy malowane po numerach.
28.03.2023r.	**Zajęcia handmade** – breloczki z makramy i koralików. **Kuchnia Seniora** – rogaliki.
29.03.2023r.	**Klubowy kącik gier towarzyskich** – Bingo, Sokole oko, Kalambury, Zgadnij kim jestem? **Aktywny senior** – ćwiczenia gimnastyczne przy muzyce z elementami tańca.
30.03.2023r.	**Zajęcia Zdrowy Kręgosłup.** **Zajęcia kreatywne** – ozdoby i dekoracje wielkanocne.

Sporządził:

Anna Ikier – opiekun Klubu

Zatwierdził:

KIEROWNIK
KLUBU SENIOR+
Monika Empel

Zadanie współfinansowane ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w ramach Programu Wieloletniego „Senior +" na lata 2015-2020.