**HARMONOGRAM ZAJĘĆ DLA SENIORÓW 60+**

**W CENTRUM AKTYWNOŚCI i WOLONTARIATU SENIORÓW**

**ŁĄCKO NA MIESIĄC MAJ 2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **PONIEDZIAŁEK** | **ŚRODA** |
| **01.05 – 02.05.2025** |  **X** | X |
| **05.05 – 09.05.2025** | 09:30 – 11:30 zajęcia rekreacyjne z elementami ćwiczeń11.30 – 12.30 – podstawy obsługi komputera i Internetu dla seniorów | 09:00 – 10:00 – zajęcia aerobik dla seniorów10:00 – 12:00 zaproś sąsiada – Pani Daniela i jej książka |
| **12.05. – 16.05.2025** | 09:30 – 11:30 – spotkanie z leśniczym – przyroda, ochrona środowiska, odpowiedzialność 11:30 – 12:30 – podstawy obsługi komputera i Internetu dla seniorów  | 09:00 – 10:00 – zajęcia aerobik dla seniorów10:00 – 12:00 – zaproś sąsiada- Pani Iwona-piękno w każdym wieku |
| **19.05.-23.05.2025** | BRAK ZAJĘĆ | 09:00 – 10:00 – zajęcia aerobik dla seniorów10:00 – 12:00 – zajęcia kulinarne |
| **26.05.-30.05.2025** | 09:30 – 11:30 Dzień Matki – rozmowa o macierzyństwie przy kawie11:30 – 12:30 – podstawy obsługi komputera i Internetu dla seniorów  | 09:00 – 10:00 – zajęcia aerobik dla seniorów10:00 – 12:00 – piknik nad jeziorem |