

## Harmonogram zajęć na wrzesień 2017 w Centrum Seniora „Optymista”

Data	Dzień	Godz.	Rodzaj zajęć
1 IX 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Warsztaty kulinarne
4 IX 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 16,00 - 19,00	Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum Podróż po smakach Francji - referuje członek CAS Dyskusja po prelekcji
5 IX 2017	Wtorek	16,00 - 17,30 17,30 - 19,00	Spacer z kijkami Spotkanie klubowe przy kawie i ciastkach
6 IX 2017	Środa	15,00 - 19,00	Wyjście do Kina Mikro Dyskusja po filmie
7 IX 2017	Czwartek	10,00 - 14,00 13,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum
8 IX 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Spacer po Młynówce Królewskiej, ćwiczenia na przyrządach
11 IX 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 17,00 - 19,00	Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum W ramach spotkań z podróżnikiem wykład z prezentacją multimedialną - Czechy - prowadzi pracownik UP Dyskusja po prelekcji
12 IX 2017	Wtorek	16,00 - 17,30 17,30 - 19,00	Nordic walking Spotkanie klubowe, seniorzy przedstawiają swoje zainteresowania i pasje
13 IX 2017	Środa	15,00 - 19,00	Wyjście na bieżące wystawy
14 IX 2017	Czwartek	10,00 - 14,00 13,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum
15 IX 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Wyjście na wystawę "Dziezictwo" Al. 3 Maja 1 Dyskusja po wystawie
18 IX 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 16,15 - 17,30 17,30 - 19,00	Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum Zdrowy tryb życia: Spotkanie z lekarzem - Choroba Alzheimer - problemy rodziny z opieką nad pacjentem Dyskusja po wykładzie i spotkanie klubowe
19 IX 2017	Wtorek	10,30 - 11.15 15,00 - 19,00	Basen UP, ul. Ingardena 4 Ognisko i pieczenie kiełbasek w Olszanicy Spotkanie w klubie o godz. 15,00
20 IX 2017	Środa	15,00 - 15,45 16,00 - 19,00	Gimnastyka, ul. Ingardena 4, UP Spotkanie klubowe przy kawie i ciastkach
21 IX 2017	Czwartek	10,00 - 14,00 13,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum
22 IX 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Spacer po Młynówce Królewskiej, ćwiczenia na przyrządach
25 IX 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 16,30 - 18,00 18,00 - 19,00	Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum W ramach spotkań z psychologiem: Pamięć długotrwała - prowadzi pracownik Uniwersytetu Pedagogicznego Dyskusja po spotkaniu

Data	Dzień	Godz.	Rodzaj zajęć
26 IX 2017	Wtorek	10,30 - 11,15 16,00 - 17,30 17,30 - 19,00	Basen UP ul. Ingardena 4 Nordic walking Spotkanie klubowe, czytanie prasy
27 IX 2017	Środa	15,00 - 15,45 16,00 - 19,00	Gimnastyka ul. Ingardena 4, UP Kino Mikro ul. Ingardena
28 IX 2017	Czwartek	10,00 - 14,00 13,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable Konwersacje j. francuski - prowadzi członek Centrum
29 IX 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Warsztaty kulinarne

