

Harmonogram zajęć na grudzień 2017 w Centrum Seniora „Optymista”

1 XII 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Warsztaty zdrowego gotowania i odżywiania się
4 XII 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 16,30 - 18,30	Konwersacje, j.francuski prowadzi członek Centrum Spotkanie z pielęgniarką - Pierwsza pomoc w nagłych zachorowaniach: gorączka, drgawki, reakcje alergiczne - dyskusja i spotkanie klubowe
5 XII 2017	Wtorek	10,30 - 11,15 16,30 - 19,00	Basen UP ul. Ingardena 4 Warsztaty plastyczne
6 XII 2017	Środa	15,15 - 16,00 16,30 - 19,00	Gimnastyka, ul. Ingardena 4, UP Spotkanie klubowe przy kawie i ciastkach, dyskusja
7 XII 2017	Czwartek	10,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable, czytanie prasy, dyskusja
8 XII 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Wyjście na bieżące wystawy i do ciekawych obiektów
11 XII 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 16,30 - 18,00	Konwersacje, j.francuski prowadzi członek Centrum Turystyka w Północnej Afryce - prezentacja multimedialna przez pracownika Uniwersytetu Pedagogicznego
12 XII 2017	Wtorek	10,30 - 11.15 16,30 - 19,00	Basen UP, ul. Ingardena 4 Warsztaty plastyczne
13 XII 2017	Środa	15,15 - 16,00 17,00 - 19,00	Gimnastyka, ul. Ingardena 4, UP Spotkanie klubowe, seniorzy przedstawiają swoje pasje i zainteresowania
14 XII 2017	Czwartek	10,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable, czytanie prasy, dyskusja
15 XII 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Warsztaty zdrowego gotowania i odżywiania się
16 XII	Sobota	15.00 – 19.00	Turniej szachowy
18 XII 2017	Poniedziałek	15,00 - 16,00 16,00 - 19,00	Konwersacje, j.francuski prowadzi członek Centrum Seniorzy przedstawiają swoje wrażenia z wyjazdów
19 XII 2017	Wtorek	15,00 - 19,00	Wyjście do kina Mikro ul. Lea, dyskusja po filmie
20 XII 2017	Środa	15,00 - 19,00	Spotkanie wigilijne
21 XII 2017	Czwartek	10,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable, czytanie prasy, dyskusja
22 XII 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Wyjście na bieżące wystawy i do ciekawych obiektów
27 XII 2017	Środa	15,00 - 19,00	Wyjście do kina Mikro ul. Lea, dyskusja po filmie
28 XII 2017	Czwartek	10,00 - 14,00	Gry stolikowe, scrable, czytanie prasy, dyskusja
29 XII 2017	Piątek	10,00 - 14,00	Warsztaty kulinarne - przystawki Sylwestrowe

W grudniu br. planowane są wyjścia do teatrów.

