

GRAFIK PROJEKTU PN. " AKTYWNY SENIOR W GMINIE CZUDEC – CENTRUM ROZWOJU SPOŁECZNEGO DLA SENIORÓW Z GMINY CZUDEC NA MIESIĄC MAJ 2023 r.

1. Czwartek 04.05.2023 r.

- 09:00 – 11:15 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 8:00, 11:15 – 16:15 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)
- 11:15 – 16:15 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)

2. Poniedziałek 08.05.2023 r.

- 08:15 – 10:30 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 10:30 – 17:30 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)
- 10:30 – 18:30 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

3. Wtorek 09.05.2023 r.

- 8:00 – 10:00 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)
- 8:00 – 15:00 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

4. Środa 10.05.2023 r.

- 09:00 – 11:15 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)

5. Czwartek 11.05.2023 r.

- 09:00 – 11:15 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 11:15 – 14:15 – Spotkanie grupy wsparcia (zadanie nr 5)
- 8:00, 14:15 – 20:15 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)
- 14:15 – 15:15 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)

6. Poniedziałek 15.05.2023 r.

- 08:15 – 10:30 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 10:30 – 17:30 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

7. Wtorek 16.05.2023 r.

- 8:00 – 16:00 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

8. Środa 17.05.2023 r.

- 09:00 – 11:15 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)

9. Czwartek 18.05.2023 r.

- 09:00 – 11:15 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 8:00, 11:15 – 17:15 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

10. Piątek 19.05.2023 r.

- Wyjazd aktywizacyjny – Rzeszów - Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny

11. Poniedziałek 22.05.2023 r.

- 08:15 – 10:30 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 10:30 – 17:30 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)
- 10:30 – 17:30 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

12. Wtorek 23.05.2023 r.

- 8:00 – 16:00 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

13. Czwartek 25.05.2023 r.

- 09:00 – 11:15 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 8:00, 11:15 – 17:15 – indywidualne zajęcia z rehabilitantem (zadanie nr 1)

14. Poniedziałek 29.05.2023 r.

- 08:15 – 10:30 – zajęcia usprawniające ruchowo - 3 spotkania – (zadanie nr 3)
- 10:30 – 16:30 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)

15. Środa 31.05.2023 r.

- 9:00 – 10:30 – zajęcia usprawniające ruchowo - 2 spotkania – (zadanie nr 3)
- 11:15 – 19:15 – indywidualne zajęcia z psychologiem (zadanie nr 1)