

HARMONOGRAM TYGODNIOWY W DZIENNYM DOMU SENIOR + W GRYFINIE
21-25.07.2025

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
7.30 – 9.00	Terapia zajęciowa indywidualna/ gry stolikowe, czytanie prasy	Terapia zajęciowa indywidualna/ czytanie prasy	Terapia zajęciowa indywidualna/ gry stolikowe	Terapia zajęciowa indywidualna/ czytanie prasy	Terapia zajęciowa indywidualna/ gry stolikowe
9.00 – 9.30	Spotkanie organizacyjne				
9.40 – 10.30	Ćwiczenia ogólnorozwojowe	Światowy Dzień Mózgu – zajęcia edukacyjne	Ćwiczenia na rotorach – ręce i nogi	Zabawy ruchowe z piłkami	Gry i zabawy zespołowe; motoryka mała
10.30 – 10.45	Spotkania towarzyskie/ rozmowy tematyczne przy kawie i herbatce				
10.45 – 11.15	Spacer – sylwoterapia				
11.15 – 12.00	Higienizacja uszu – wizyta pielęgniarki	Zajęcia manualne z laskami gimnastycznymi	„Graficzne iluzje”	Bezpieczeństwo osób starszych – spotkanie prewencyjne z Policjantem	Ćwiczenia plastyczne – malowanie liśćmi
12.00 – 12.45	Zajęcia plastyczne – malowanie kawą	Ćwiczenia pamięci	Gimnastyka z elementami logopedycznymi	Wzmacnianie pamięci wzrokowej	Trening funkcji poznawczych
12.45 – 13.15	Przerwa obiadowa				
13.15 – 15.30	Terapia zajęciowa indywidualna/zajęcia relaksacyjne/gry stolikowe				

Gryfino, dnia 21 lipca 2025 r.
Sporządziła: Klaudia Lis

Kierownik
Dziennego Domu „Senior+” w Gryfinie
Magdalena Jackiewicz
21 lipca 2025 r.