

HARMONOGRAM TYGODNIOWY W DZIENNYM DOMU SENIOR + W GRYFINIE

28.10. - 01.11.2024 r.

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek (Wszystkich Świętych)
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	
9.00 – 9.30	Spotkanie organizacyjne				
9.40 – 10.30	Gryfiński Spacerownik	Ćwiczenia ogólnousprawniające na materacach	Ćwiczenia samowspomagane – kończyny górne i dolne	Ćwiczenia wzmacniające na kręstach	
10.30 – 10.45	Spotkania towarzyskie/ rozmowy tematyczne przy kawie i herbacie				
10.45 – 11.15	Spacer – sylwoterapia				
11.15 – 12.00	Zajęcia manualne – „las na talerzu”	Trening funkcji poznawczych	Ćwiczenia pamięci i koncentracji	Siłownia pamięci – ćwiczenia grupowe	
12.00 – 12.45	Zajęcia plastyczne – „pokoloruj jesień”	Zajęcia manualne / grafoterapia	Zabawy rekreacyjno-ruchowe	Zajęcia z komputerem	
12.45 – 13.15	Przerwa obiadowa				
13.15 – 15.30	Terapia zajęciowa indywidualna/zajęcia relaksacyjne/gry stolikowe				

Gryfino, dnia 28.10.2024 r.
 Sporządziła: Sylwia Kasprzyk

Zastępca Kierownika
 Dziennego Domu "Senior +" w Gryfinie
 mgr Tadeusz Wasilowski