

HARMONOGRAM TYGODNIOWY W DZIENNYM DOMU SENIOR + W GRYFINIE
14-18.07.2025

	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 wzmacniające z kijkami	Ćwiczenia równoważne na dyskach sensorycznych	Zajęcia manualne – parasolki origami	Ćwiczenia na rotorach	Kibicowanie – zabawa integracyjna
10.30 – 10.45	Spotkania towarzyskie/ rozmowy tematyczne przy kawie i herbacie				
10.45 – 11.15	Spacer – sylwoterapia				
11.15 – 12.00	Warsztaty ceramiczne przy współpracy z Gryfińskim Domem Kultury Miejsce: Świetlica Wiejska w Bartkowie	Warsztaty ceramiczne przy współpracy z Gryfińskim Domem Kultury Miejsce: Świetlica Wiejska w Bartkowie	Warsztaty ceramiczne przy współpracy z Gryfińskim Domem Kultury Miejsce: Świetlica Wiejska w Bartkowie	Ćwiczenia wyobraźni – improwizowana opowieść	Ćwiczenia koordynacyjne z piłeczkami
12.00 – 12.45	Ćwiczenia rąk – motoryka mała	Zajęcia rekreacyjno - ruchowe	Ćwiczenia pamięci	Zabawy muzyczno - ruchowe	Trening funkcji poznawczych
12.45 – 13.15	Przerwa obiadowa				
13.15 – 15.30	Terapia zajęciowa indywidualna/zajęcia relaksacyjne/gry stolikowe				

Gryfino, dnia 14 lipca 2025 r.
Sporządziła: Klaudia Lis

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

