

HARMONOGRAM TYGODNIOWY W DZIENNYM DOMU SENIOR + W GRYFINIE

4-8.08.2025 r.

	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 grafomotoryczne/ sposobu obserwacji	Malowanie metodą stempli	Warsztaty manualno/plastyczne – kreatywne akwarium cz. 2	Zajęcia kulinarne – lepimy pierogi cz. 1	Ćwiczenia z użyciem lasek gimnastycznych
10.30 – 10.45	Spotkania towarzyskie/ rozmowy tematyczne przy kawie i herbacie				
10.45 – 11.15	Spacer – sylwoterapia				
11.15 – 12.00	Wykład z tyflospecjalistą i optometrystą nt. chorób oczu i profilaktyki przy współpracy z Kołem Polskiego Związku Niewidomych w Gryfinie	Ćwiczenia na podwieszkach i rotorach	Ćwiczenia ogólnorozwojowe na krzesłach	Zajęcia kulinarne – lepimy pierogi cz. 2	Ćwiczenia wzmacniające kręgosłup
12.00 – 12.45		Warsztaty manualno/plastyczne – kreatywne akwarium cz. 1	Zajęcia plastyczne wspomagające obie półkule mózgowe	Arteterapia – taśma i klej	Ćwiczenia pamięci
12.45 – 13.15	Przerwa obiadowa				
13.15 – 15.30	Terapia zajęciowa indywidualna/zajęcia relaksacyjne/gry stolikowe				

Gryfino, dnia 4 sierpnia 2025 r.
Sporządziła: Sylwia Kasprzyk

Kierownik
Dziennego Domu „Senior +” w Gryfinie
Magdalena Jackiewicz
4 sierpnia 2025 r.