

Grudzień w Centrum Seniora w Szczecinie

Ze względu na obostrzenia, na zajęcia należy zastrzeżać usta i nos. Prosimy o przychodzenie 5 minut przed zajęciami. Grupy maksymalnie ośmioosobowe. Jeżeli chcą Państwo zorganizować u nas spotkanie prosimy o kontakt telefoniczny. Ze względu na duże zainteresowanie, można się zapisać tylko raz na dane zajęcia (nie dotyczy treningu pamięci).

Data	Nazwa zajęć	Miejsce/Zapisy
01.12. godzina 11:00 (Środa)	Próba zespołu „Ale Babki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
02.12. godzina 10.00-11.00 (czwartek)	Trening pamięci grupa podstawowa	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bol. Śmiałego 16u/2 Zapisy 882 507 368
02.12. godzina 12.00-14.00 (czwartek)	Spotkanie z dietetykiem /spotkanie zaległe z poprzedniego m-ca- grupa zamknięta/	Zajęcia odbywają się w Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
03.12. godzina 10.00. godz.12.00 (piątek)	Trening pamięci grupa średniozaawansowana Grupa I- godz. 10:00 Grupa II- godz. 12:00	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368
07.12. godzina 10.00-12.00 (wtorek)	Próba zespołu „Józefinki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
08.12. godzina 11:00 (środa)	Próba zespołu „AleBabki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
09.12. godz. 16.00-18.00 (czwartek)	Indywidualne porady prawne	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: tel. 882 507 368
09.12. godzina 10:00-11:00 (czwartek)	Trening pamięci grupa podstawowa	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy 882 507 368
10.12. godzina 10:00 godzina 12.00 (piątek)	Trening pamięci grupa średniozaawansowana Grupa I- godz. 10:00 Grupa II- godz. 12:00	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368
13.12. godzina 10:00 (poniedziałek)	Mikołajkowa Zumba- maksymalnie 8 osób	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368
14.12. godzina 10:00-12.00 (wtorek)	Próba Zespołu „Józefinki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
14.12. godzina 12:30 - 15.00 (wtorek)	Zajęcia kreatywne /wspólne wykonywanie ozdób świątecznych/	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16u/2 Zapisy 882 507 368

Grudzień w Centrum Seniora w Szczecinie

	Grupa pierwsza 12:30-13:30 (max 8 osób) Grupa pierwsza 14:00-15:00 (max 8 osób)	
16.12. godzina 16:00-18.00 (czwartek)	Indywidualne porady prawne	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368
17.12. godzina 9:30-11.30 (piątek)	Indywidualne porady psychologa	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: tel. 882 507 368
17.12. godzina 10:00.godz.12:00 (piątek)	Trening pamięci grupa średniozaawansowana Grupa I- godz. 10:00 Grupa II- godz. 12:00	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: tel. 882 507 368
20.12. godz. 10:00 (poniedziałek)	Mikołajkowa Zumba- maksymalnie 8 osób	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368
20.12. godz.15.00 (poniedziałek)	Spotkanie grupy wolontariuszy- grupa zamknięta	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16 Grupa zamknięta
21.12. godz. 10:00-12:00 (wtorek)	Próba zespołu „Józefinki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16
21.12. godzina 12:30 -15.00 (wtorek)	Zajęcia kreatywne /wspólne wykonywanie ozdób świątecznych/ Grupa pierwsza 12:30-13:30 (max 8 osób) Grupa pierwsza 14:00-15:00 (max 8 osób)	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16u/2 Zapisy 882 507 368
22.12. godzina 11.00-13.00 (środa)	Próba zespołu „AleBabki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
23.12. godzina 10:00-11.00 (czwartek)	Trening pamięci grupa podstawowa	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: tel. 882 507 368
24.12 (piątek)	Centrum Zamknięte	
28.12. godzina 10:00 – 12:00 (wtorek)	Próba Zespołu „JÓZEFINKI”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2
28.12. godzina 16:30 (wtorek)	Redukcja stresu „Misy tybetańskie” Należy zabrać maty i kocyki	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368

Grudzień w Centrum Seniora w Szczecinie

29.12. godzina 11.00-13.00 (środa)	Próba zespołu „Ale Babki”	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bol. Śmiałego 16u/2
29.12. godzina 16.30 (środa)	Redukcja stresu „Misy tybetańskie” Należy zabrać maty i kocyki	Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: Tel. 882 507 368
30.12. godzina 10.00 (czwartek)	Trening pamięci grupa podstawowa	Zajęcia odbywają się w Centrum Seniora w Szczecinie ul. Bolesława Śmiałego 16/u2 Zapisy: tel. 882 507 368

Seniorze potrzebujesz pomocy w zrobieniu zakupów, wykupieniu leków?! Możemy Ci pomóc! Zadzwoń! Tel. 882 507 368.

Przypominamy, że Towarzystwo Wspierania Inicjatyw Kulturalno- Społecznych „TWIKS”

Realizuje projekt „Wspieraj Seniora”

Centrum Seniora w Szczecinie

Ul. Bolesława Śmiałego 16/u2

Tel. 882 507 368, 91 312 67 59

www.seniorszczecin.pl e-mail: centrum@seniorszczecin.pl