

Kwiecień 2025 - harmonogram spotkań

KLUB SENIOR+ Serdecznie zaprasza w kwietniu na zajęcia:

01.04.2025 Wtorek

10:00 "Za Krokiem Krok" zajęcia taneczne z Anią

11:10 Zajęcia wokalne z Marysią

02.04.2025 Środa

10:00 Gimnastyka z elementami jogi

10:45 Gimnastyka z elementami jogi

12:00 Rękodzieło z Eweliną – zawieszki Wielkanocne

03.04.2025 Czwartek

10:00 Spotkanie z Bożenką i szydełkiem :)

10:00 Kurs online „Mój ulubiony smartfon” poziom zaawansowany, temat: zaawansowane ustawienia telefonu.

Ten kurs to doskonała okazja dla osób, które chcą poszerzyć swoje umiejętności w zakresie obsługi nowoczesnych smartfonów.

07.04.2025 Poniedziałek

10:00 Florystka Monika (wianki wiosenne koszt ok 60 zł)

08.04.2025 Wtorek

9:30 "Za Krokiem Krok" zajęcia taneczne z Anią

10:30 Zajęcia plastyczne z Anią, malowanie pisanek na Orzeską zabawę dla dzieci pt. Szukanie Zajączka.

09.04.2025 Środa

10:00 Gimnastyka z elementami jogi.

10:45 Gimnastyka zdrowy kręgosłup.

11:30 Warsztaty wokalne z Marysią.

10.04.2025 Czwartek

10:00 Prezentacja sprzętu rehabilitacyjnego oraz omówienie refundacji NFZ

13.04.2025 Niedziela Palmowa

15:00 Występ Zespołu Wokalnego Klubu Senior+ oraz Regionalnego Zespołu Śpiewaczy "Jaśkowiczanie" w Parafii pod wezwaniem św. Jana Chrzciciela w Orzeszu-Jaśkowicach.

14.04.2025 Poniedziałek

12:00 Śniadanie Wielkanocne w Restauracji Palowiczanka (koszt 50/55 zł Palowicki żurek z jajkiem, kiełbasą i boczkiem, ciasto, kawa/herbata, woda)

15.04.2025 Wtorek

9:30 "Za Krokiem Krok" zajęcia taneczne z Anią

10:30 Zajęcia plastyczne z Anią, malowanie pisanek na Orzeską zabawę dla dzieci pt. Szukanie Zajączka.

16.04.2025 Środa

10:00 Gimnastyka z elementami jogi

10:45 Gimnastyka zdrowy kręgosłup

17.04.2025 Czwartek

10:00 – 12:30 Spotkanie online (webinarium) CEDUR „Bezpieczne płatności w Internecie dla Seniorów”.

Organizator: Urząd Komisji Nadzoru Finansowego, we współpracy z Minister ds. Polityki Senioralnej i Komendą Główną Policji, w ramach projektu edukacyjnego Centrum Edukacji dla Uczestników Rynku – CEDUR.

22.04.2025 Wtorek

10:00 "Za Krokiem Krok" zajęcia taneczne

12:00 Rękodzieło z Eweliną

23.04.2025 Środa

10:00 Spotkanie z przedstawicielem Biura Podróży Lubatur w sprawie wyjazdu do Darłówka w maju. (Jeszcze nie

potwierdzone).

24.04.2025 Czwartek

10:00 Spacer Nordic Walking/ miejsce do ustalenia :)

25.04.2025 Piątek

18:00 Operetka: Wieczór z Wesołą Wdówką, F. Lehara, Sala Widowiskowa MOK Orzesze
(bilet dla Klubowiczów koszt 40 zł/ spoza Klubu 50 zł)

28.04.2025 Poniedziałek

10:00 Kosmetyczka Kasia.

29.04.2025 Wtorek

10:00 "Za Krokiem Krok" zajęcia taneczne - trening przed IV Festiwalem Aktywności Senioralnej.

30.04.2025 Środa

10:00 Kawa z psycholożką Olą, temat: " Czy gniew to warunek postępu?"
