



BURMISTRZ MIASTA GRYBÓW

oraz

Ośrodek Pomocy Społecznej w Grybowie

zapraszają do udziału w zajęciach realizowanych w ramach programu pn.



POPRAWA AKTYWNOŚCI I SAMODZIELNOŚCI DLA OSÓB W WIEKU 60+

HARMONOGRAM ZAJĘĆ - kwiecień 2019 r.

Data	Rodzaj aktywności	Godzina i miejsce	Opis wydarzenia
01.IV Poniedziałek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
02.IV Wtorek	Akademia Rękodzieła	17:00-18:30 MCKCiE	Warsztaty bibułkarskie.
03.IV Środa	Spotkanie z cyklu "Gry planszowe"	17:00-18:30 MCKCiE	"Karty na stół" - gry planszowe i karciane.
04.IV Czwartek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
08.IV Poniedziałek	Akademia Rękodzieła	17:00-18:30 MCKCiE	Warsztaty bibułkarskie.
09.IV Wtorek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
10.IV Środa	Spotkanie z cyklu "Gry planszowe"	17:00-18:30 MCKCiE	"Karty na stół" - gry planszowe i karciane.
11.IV Czwartek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
15.IV Poniedziałek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
16.IV Wtorek	Spotkanie z cyklu "Gry planszowe"	17:00-18:30 MCKCiE	"Karty na stół" - gry planszowe i karciane.
23.IV Wtorek	Spotkanie z cyklu "Gry planszowe"	17:00-18:30 MCKCiE	"Karty na stół" - gry planszowe i karciane.
25.IV Czwartek	WARSZTATY KULINARNE	16:00-19:00 STOŁÓWKA	Warsztaty będą prowadzone przez profesjonalnych wykładowców. Po zajęciach zabawa taneczna.
26.IV Piątek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
29.IV Poniedziałek	Akademia Zdrowia Seniora	17:00-18:30 MCKCiE (zbiórka)	Nordic walking oraz gimnastyka.
30.IV Wtorek	Spotkanie z cyklu "Gry planszowe"	17:00-18:30 MCKCiE	"Karty na stół" - gry planszowe i karciane.



Zajęcia odbywać się będą w:

- * MCKCiE: Miejskie Centrum Kultury, Czytelnictwa i Edukacji w Grybowie, ul. Kościuszki 7 (dawne Kino "Biała")
- * STOŁÓWKA: Stołówka Miejska w Grybowie ul. Ogrodowa 4

Więcej informacji oraz szczegółowy harmonogram zajęć:
Ośrodek Pomocy Społecznej w Grybowie
(tel. 18 445 21 62) lub www.ops.grybow.pl

MAŁOPOLSKA

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!