**Soczewka, dn.28.04.2022r.**

**GOPS.5061.7.2022**

**PLAN ZAJĘĆ KLUBU SENIOR + W SOCZEWCE – MAJ 2022  
Od 05.05.2022r do 31.05.2022r**

**KLUB CZYNNY W GODZINACH 13:00 – 17:00  
WE WTORKI I CZWARTKI**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DATA PRZEPROWADZONYCH ZAJĘĆ** | **RODZAJ ZAJĘĆ** | **PROWADZĄCY** |
| **05.05.2022r. czwartek**  W czasie trwania zajęć w dniu **05.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń  **10.05.2022r.  wtorek**  W czasie trwania zajęć w dniu **10.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń | **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 14:00** Wspólne **rozmowy, poczęstunek: kawa, herbata, przekąski, woda, napoje, omówienie dalszego przebiegu dzisiejszych zajęć**  **14:00 – 16:00 Przygotowanie materiałów**  **i pomocy dydaktycznych do wykonania pracy plastycznej.  Zajęcia z arteterapii – bociany  z wacików kosmetycznych**  **16:00 – 17:00 Umieszczenie prac plastycznych uczestników  w Galerii Klubu Seniora**    **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 14:00** Wspólne **rozmowy, poczęstunek: kawa, herbata, przekąski, woda, napoje, omówienie dalszego przebiegu dzisiejszych zajęć**  **14:00 – 15:00** „Zwyczajne rzeczy, których nazw nie znamy”  Praca w grupach – określanie nazw przedmiotów  **15:00 – 16:00 Wspólne gry planszowe, krzyżówki**  **16:00 – 17:00  Dyskusja, podsumowanie zajęć, uprzątnięcie sali, podziękowanie za udział**  **w zajęciach, pożegnanie** | Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik – Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **12.05.2022r. czwartek**  (W czasie trwania zajęć w dniu **12.05.2022r** w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń.)  **17.05.2022r. wtorek**  (W czasie trwania zajęć w dniu **17.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń.) | **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 14:00** Wspólne **rozmowy, poczęstunek: kawa, herbata, przekąski, woda, napoje, omówienie dalszego przebiegu dzisiejszych zajęć**  **14:00 – 15:00**  Europejski Dzień Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego – pogadanka na temat bezpieczeństwa na drodze, przedstawienie statystyk  **15:00 – 17:00  Prezentacja krótkich filmików promujących bezpieczeństwo na drogach – wieczór filmowy**  **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 15:30**  Warsztaty kulinarne –  wspólne przygotowanie sałatki jarzynowej  **15:30 – 16:30** Poczęstunek, wspólna konsumpcja przygotowanej sałatki, kawa herbata, słodkie przekąski  **16:30 – 17:00** **Podsumowanie zajęć, podziękowanie. Pożegnanie** | Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik – Pracownik GOPS w Nowym Duninowie |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **19.05.2022r. czwartek**  (W czasie trwania zajęć w dniu **19.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń.)  **24.04.2022r. wtorek**  (W czasie trwania zajęć w dniu **24.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń.)  **26.05.2022r. czwartek**  (W czasie trwania zajęć w dniu **26.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń.) | **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 14:00** Wspólne **rozmowy, poczęstunek: kawa, herbata, przekąski, woda, napoje, omówienie dalszego przebiegu dzisiejszych zajęć**  **14:00 – 14:30  Przygotowanie sali do warsztatów poetyckich – rozpalenie świec, włączenie nastrojowej muzyki**  **14:30 – 17:00**  **Wieczór poetycki – wspólne czytanie wierszy Wisławy Szymborskiej, analiza tekstów**  **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 14:00** **Wspólne rozmowy, poczęstunek: kawa, herbata, przekąski, woda, napoje, omówienie dalszego przebiegu dzisiejszych zajęć**  **14:00 – 15:00**  **Zajęcia z pedagogiem**  **15:00 – 16:00** **Zajęcia ruchowe  z fizjoterapeutą**  **16:00 – 17:00**  Podsumowanie zajęć, podziękowanie za udział  w zajęciach, pożegnanie  Wyjazd integracyjny uczestników do Muzeum Wsi Mazowieckiej  w Sierpcu, zwiedzanie ekspozycji lub w przypadku jego nie odbycia się – wieczór taneczny | Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Krzysztof Kwiatkowski – Pedagog  Krzysztof Kwiatkowski – Fizjoterapeuta  Kinga Tomasik – Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik – Pracownik GOPS w Nowym Duninowie |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **31.05.2022r. wtorek**  (W czasie trwania zajęć w dniu **31.05.2022r**. w Klubie Senior +  w Soczewce dokonywane jest regularne wietrzenie pomieszczeń.) | **13:00 – 13:30** Dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów, sprawdzenie listy obecności  **13:30 – 14:00 Podsumowanie wyjazdu do kina, omówienie filmu.** **Wspólne rozmowy, poczęstunek: kawa, herbata, przekąski, woda, napoje, omówienie dalszego przebiegu dzisiejszych zajęć**  **14:00 – 15:00**  **Warsztaty aktywizujące społecznie**  **15:00 – 16:00** **Zajęcia ruchowe  z Fizjoterapeutą**  **16:00 – 17:00  Warsztaty kulinarne – wykonanie deserów lodowych** | Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie  Krzysztof Kwiatkowski - Fizjoterapeuta  Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym Duninowie |

Kierownik Klubu Senior + w Soczewce zastrzega sobie w wyjątkowych sytuacjach możliwość zmiany terminów poszczególnych zaplanowanych zajęć po konsultacji nowych terminów z uczestnikami Klubu, pracownikami Klubu i Kierownikiem GOPS w Nowym Duninowie pod warunkiem odbycia się tych zajęć do końca miesiąca, w którym miały one być pierwotnie zrealizowane. W dniach, w których klub prowadzi zajęcia w formie online nie odbywa się dezynfekcja rąk, pomiar temperatury ciała uczestnikom Klubu, odnotowanie wyników pomiarów. W związku z powyższym zmianie mogą ulec godziny trwania poszczególnych zajęć.

Sporządził: Zatwierdził:

Kinga Tomasik Magdalena Kacprzak

Pracownik GOPS Kierownik GOPS

w Nowym Duninowie w Nowym Duninowie