**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 – 16:00Przygotowanie materiałów** **i pomocy dydaktycznych do wykonania pracy plastycznej. Zajęcia z arteterapii – bociany z wacików kosmetycznych****16:00 – 17:00Umieszczenie 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 – 16:00Wspólne gry planszowe, krzyżówki** **16:00 – 17:00 Dyskusja, podsumowanie zajęć, uprzątnięcie sali, podziękowanie za udział** **w zajęciach, pożegnanie**  | Kinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga 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 DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga 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 DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKrzysztof Kwiatkowski – Pedagog Krzysztof Kwiatkowski – FizjoterapeutaKinga 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 – 14:00Podsumowanie 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 DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKinga Tomasik - Pracownik GOPS w Nowym DuninowieKrzysztof Kwiatkowski - FizjoterapeutaKinga 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