



Fundusze Europejskie
dla Łódzkiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Projekt pn. „Pogodna Jesień Życia” (FELD.07.09-IP.01-0002/24) współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027

Harmonogram wsparcia w Klubie Seniora przy ul. Wileńskiej 25 na okres od 01.10.2025 do 31.10.2025.

Klub Seniora czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-16.00.

Telefon: 502 863 022

Kierowniczką Klubu: Monika Chojnacka

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Integracja przy tenisie stołowym od 8.00 – według potrzeb Uczestniczek i Uczestników	Integracja przy tenisie stołowym od 8.00 – według potrzeb Uczestniczek i Uczestników	Integracja przy tenisie stołowym od 8.00 – według potrzeb Uczestniczek i Uczestników	Integracja przy tenisie stołowym 8.00 (2h) – w każdy czwartek miesiąca	Kółko tematyczne – Gimnastyka umysłu 10.00 (2h) W dniach: 10.10, 17.10, 24.10, 31.10
Kółko tematyczne – Gimnastyka Umysłu 10.00 (1,5h) – w każdy poniedziałek miesiąca	Kółko tematyczne - Rękodzieło – Grupa I 10.00 (2h) W dniach: 07.10, 21.10	Indywidualne konsultacje psychologiczne 10.00 (2h) W dniach: 08.10, 22.10	Trening dla seniorów na krzesłkach 10.30 (1h) – w każdy czwartek miesiąca	Wycieczka do „Afloparku” w Pabianicach 10.00 (4h) W dniu: 03.10.2025
Warsztaty komputerowe - Grupa I 10.00 (1h) W dniach: 06.10, 13.10, 20.10	Kółko tematyczne - Rękodzieło - Grupa II 10.00 (2h) W dniach: 14.10, 28.10	Kółko tematyczne - Rękodzieło - Grupa I 10.00 (2h) W dniach: 08.10, 22.10	Trening dla seniorów 11.30 (1h) – w każdy czwartek miesiąca	Spacer z przewodnikiem po Łodzi - kryminalna Łódź 11.00 (2h) W dniu: 10.10



Fundusze Europejskie
dla Łódzkiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Projekt pn. „Pogodna Jesień Życia” (FELD.07.09-IP.01-0002/24) współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027

Harmonogram wsparcia w Klubie Seniora przy ul. Wileńskiej 25 na okres od 01.10.2025 do 31.10.2025.

Klub Seniora czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-16.00.

Telefon: 502 863 022

Kierowniczka Klubu: Monika Chojnacka

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Warsztaty komputerowe - Grupa II 11.15 (1h) W dniach: 06.10, 13.10, 20.10	Indywidualne konsultacje prawne 12.00 (2h) W dniu: 28.10	Kółko tematyczne - Rękodzieło - Grupa II 10.00 (2h) W dniach: 15.10, 29.10	Taniec dla seniorów - Zumba 13.00 (1h) – w każdy czwartek miesiąca	Kółko tematyczne - Rękodzieło 11.30 (2h) W dniu: 17.10
Integracyjna akcja szycia maskotek dla dzieci 12.00 (3h) – w każdy poniedziałek miesiąca	Indywidualne konsultacje prawne 13.30 (2h) W dniu: 14.10	„Osteoporoza” - wykład prof. Ewy Sewerynek 12.00 (1,5h) W dniu: 15.10	Zajęcia integracyjne - puzzle 14.00 (2h) – w każdy czwartek miesiąca	Wspólne gotowanie – „Czerwony burak w roli głównej” 12.00 (2h) W dniu 17.10



Fundusze Europejskie
dla Łódzkiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Projekt pn. „Pogodna Jesień Życia” (FELD.07.09-IP.01-0002/24) współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027

Harmonogram wsparcia w Klubie Seniora przy ul. Wileńskiej 25 na okres od 01.10.2025 do 31.10.2025.

Klub Seniora czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-16.00.

Telefon: 502 863 022

Kierowniczką Klubu: Monika Chojnacka

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Warsztaty komputerowe - Grupa III 12.30 (1h) W dniach: 06.10, 13.10, 20.10	Integracyjne spotkania przy grze Rummikub 13.00 (3h) – w każdy wtorek miesiąca	Integracyjny spacer z kijkami 12.00 (czas trwania według potrzeb i możliwości Uczestniczek oraz Uczestników) W dniach: 01.10, 08.10, 22.10, 29.10	Integracja przy tenisie stołowym 14.00 (2h) – w każdy czwartek miesiąca	„Dzień profilaktyki i walki z rakiem” 12.00 (3h) W dniu: 17.10.2025
		Integracyjne spotkania przy szydełkowaniu 13.30 (2h) – w każdą środę miesiąca	Kółko tematyczne – Rękodzieło 12.00 (2h) W dniu: 16.10	Klubowe seanse filmowe - miniserial „Czarnobyl” 14.00 (2h) W dniu: 24.10
Do stałej dyspozycji Uczestniczek i Uczestników: Wi-Fi, sala integracyjna, biblioteczka, gry i układanki, kawa, herbata.				
Liczba Uczestników/Uczestniczek Klubu Seniora na dzień 29.09.2025: 90				