

NIEDZIELA 17.10	INAUGURACJA DNI SENIORA <ul style="list-style-type: none"> ▪ godz. 15:00 - Spektakl teatralny pt. „Henio, czyli sposób na babcię” ▪ godz. 16:45 - Poczęstunek ▪ godz. 18:00 - Koncert zespołu folkowego „Orkiestra św. Mikołaja” 	Ośrodek Kultury i Sportu, ul. Łukasińskiego 1/3, Zielonka
PONIEDZIAŁEK 18.10	WARSZTATY „TECHNIKI PAMIĘCI” godz. 10:00 – 11:00 Grupa I / 15 osób godz. 11:30 – 12:30 Grupa II / 15 osób godz. 13:00 – 14:00 Grupa III / 15 osób	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	WARSZTATY PSYCHOLOGICZNE „Stres - jak na nas wpływa i jak sobie z nim radzić?” godz. 15:00-17:00 / Liczba miejsc: 12	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	DNI OTWARTE KLUBU SENIORA „Babie Lato” godz. 17:00-19:00	ul. Wyszyńskiego 7D, Zielonka
WTOREK 19.10	ZAJĘCIA Z FIZJOTERAPEUTĄ godz. 12:00 – 13:30 / Liczba miejsc: 12	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	AKCJA „Łapię dzień” o tym jak planować aktywność w ciągu dnia KONKURS „AKTYWNY SENIOR” godz. 13:30 – 14:30 / Liczba miejsc: 20	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	WARSZTATY PSYCHOLOGICZNE „Kiedy smutek to depresja - czyli kilka słów o nastroju” godz. 15:00-17:00 / Liczba miejsc: 12	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	DNI OTWARTE KLUBU SENIORA PZERil, Koło nr 3 godz. 17:00-19:00	ul. Literacka 20, Zielonka

ŚRODA 20.10	TANIEC TOWARZYSKI Z ELEMENTAMI SALSY godz. 10:00 – 11:00 / Liczba miejsc: 15	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	ROZGRYWKI W BOULE godz. 15:00 – 17:00 / Liczba miejsc: 12	Glinianki
	MUZYCZNA BIESIADA Z AKORDEONEM godz. 17:00 – 19:00 / Liczba miejsc: 20	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
CZWARTEK 21.10	TANIEC W KRĘGU godz. 11:00 – 13:00 / Liczba miejsc: 15	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	PRZYJAZNA SIŁOWNIA PLENEROWA Zajęcia z instruktorem godz. 11:00 – 13:00 / Liczba miejsc: 20	Park Dębinki
	WARSZTAT ARTYSTYCZNY “Las w szkłe” godz. 14:00 – 16:00 / Liczba miejsc: 15	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	DNI OTWARTE KLUBU SENIORA „Młodzi Duchem” godz. 17:00-19:00	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
PIĄTEK 22.10	TRASA NORDIC WALKING godz. 11:00 – 13:00 / Liczba miejsc: 20	Glinianki
	WARSZTATY ZIELARSKIE godz. 13:00 – 15:00 / Liczba miejsc: 15	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	SPOTKANIE Z PODRÓŻNIKIEM „Nowa Zelandia” godz. 16:00 – 17:30 / Liczba miejsc: 20	Klub Senior+ ul. Przemysłowa 4, Zielonka
	SPOTKANIE Z HARCERZAMI „Harcerska Brac” godz. 17:00 – 19:00	ul. Kolejowa 11, Zielonka