

Harmonogram wsparcia w projekcie "Seniorze trzymaj formę!" w miesiącu STYCZEŃ 2022r.

Lp.	Nazwa udzielonego wsparcia	Data odbywania danego wsparcia	Godziny, w których przeprowadzane jest dane wsparcie
1	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	03.01.2022r.	8.00-13.00
2	zajęcia manualne	03.01.2022r.	9.00-12.30
3	zajęcia komputerowe	03.01.2022r.	16.00-18.00
4	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	04.01.2022r.	8.00-13.00
5	zajęcia z fizjoterapeutą	04.01.2022r.	9.00-10.00
6	zajęcia taneczne	04.01.2022r.	10.00-11.30
7	zajęcia muzyczne	04.01.2022r.	10.00-11.00
8	zajęcia sportowe	04.01.2022r.	15.00-16.30
9	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	05.01.2022r.	8.00-13.00
10	poradnictwo specjalistyczno-psychologiczne	05.01.2022r.	8.00-11.00
11	zajęcia z fizjoterapeutą	05.01.2022r.	9.00-12.00
12	zajęcia komputerowe	05.01.2022r.	16.00-18.00
13	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	06.01.2022r.	8.00-13.00
14	zajęcia z fizjoterapeutą	06.01.2022r.	9.00-10.00
15	zajęcia muzyczne	06.01.2022r.	10.00-11.00
16	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	07.01.2022r.	8.00-13.00
17	zajęcia z fizjoterapeutą	07.01.2022r.	9.00-11.00
18	zajęcia brydżowe	07.01.2022r.	13.10-14.10
19	zajęcia sportowe	07.01.2022r.	15.00-16.30
20	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	10.01.2022r.	8.00-13.00
21	zajęcia manualne	10.01.2022r.	9.00-12.30
22	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	11.01.2022r.	8.00-13.00
23	zajęcia z fizjoterapeutą	11.01.2022r.	9.00-11.00
24	zajęcia taneczne	11.01.2022r.	10.00-11.00
25	zajęcia muzyczne	11.01.2022r.	10.00-11.00
26	zajęcia sportowe	11.01.2022r.	15.00-16.30
27	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	12.01.2022r.	8.00-13.00
28	zajęcia florystyczne	12.01.2022r.	9.00-12.30
29	zajęcia z fizjoterapeutą	12.01.2022r.	9.00-12.00
30	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	13.01.2022r.	8.00-13.00
31	zajęcia z fizjoterapeutą	13.01.2022r.	9.00-11.00
32	zajęcia muzyczne	13.01.2022r.	10.00-11.00
33	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	14.01.2022r.	8.00-13.00
34	zajęcia kulinarne	14.01.2022r.	9.00-12.30
35	spotkanie ze specjalista Dietetyk	14.01.2022r.	9.00-10.00
36	zajęcia brydżowe	14.01.2022r.	13.10-14.10
37	zajęcia sportowe	14.01.2022r.	15.00-16.30
38	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	17.01.2022r.	8.00-13.00
39	zajęcia z fizjoterapeutą	17.01.2022r.	9.00-11.00
40	zajęcia manualne	17.01.2022r.	9.00-12.30
41	poradnictwo specjalistyczno-prawne	17.01.2022r.	13.30-15.30
42	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	18.01.2022r.	8.00-13.00
43	zajęcia z fizjoterapeutą	18.01.2022r.	9.00-11.00
44	zajęcia taneczne	18.01.2022r.	10.00-11.00
45	zajęcia muzyczne	18.01.2022r.	10.00-11.00
46	zajęcia sportowe	18.01.2022r.	15.00-16.30
47	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	19.01.2022r.	8.00-13.00
48	zajęcia z fizjoterapeutą	19.01.2022r.	9.00-12.00
49	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	20.01.2022r.	8.00-13.00
50	zajęcia z fizjoterapeutą	20.01.2022r.	9.00-11.00
51	zajęcia muzyczne	20.01.2022r.	10.00-11.30
52	zajęcia ceramiczne	20.01.2022r.	12.00-13.00
53	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	21.01.2022r.	8.00-13.00

Sheet1

54	zajęcia kulinarne	21.01.2022r.	9.00-12.30
55	zajęcia brydżowe	21.01.2022r.	13.10-14.10
56	zajęcia sportowe	21.01.2022r.	15.00-16.30
57	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	24.01.2022r.	8.00-13.00
58	zajęcia manualne	24.01.2022r.	9.00-12.30
59	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	25.01.2022r.	8.00-13.00
60	zajęcia z fizjoterapeutą	25.01.2022r.	9.00-11.00
61	zajęcia taneczne	25.01.2022r.	10.00-11.00
62	zajęcia muzyczne	25.01.2022r.	10.00-11.30
63	zajęcia sportowe	25.01.2022r.	15.00-16.30
64	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	26.01.2022r.	8.00-13.00
65	zajęcia z fizjoterapeutą	26.01.2022r.	9.00-12.00
66	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	27.01.2022r.	8.00-13.00
67	zajęcia z fizjoterapeutą	27.01.2022r.	9.00-11.00
68	zajęcia muzyczne	27.01.2022r.	10.00-11.30
69	zajęcia ceramiczne	27.01.2022r.	12.00-13.00
70	zajęcia prowadzone przez opiekuna klubu	28.01.2022r.	8.00-13.00
71	zajęcia ze specjalista Dietetyk	28.01.2022r.	9.00-10.00
72	zajęcia brydżowe	28.01.2022r.	13.10-14.10
73	zajęcia sportowe	28.01.2022r.	15.00-16.30

Miejsce (adres) i uwagi
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 1 osoba
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
Stołówka PKPS Darłowo
ul. Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 5 osob
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 1 osoba
Stołówka PKPS Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 2 osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 3 osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
Stołówka PKPS Darłowo
ul. Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 3 osob
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa56, Darłowo 4 osoby
Stołówka PKPS Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa56, Darłowo 2 osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa56, Darłowo 3 osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
Stołówka PKPS Darłowo
ul. Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 5osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. Wałowa 56, Darłowo 3osoby
Stołówka PKPS Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo

ul.Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul.Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul.Wałowa 56, Darłowo 3 osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
Stołówka PKPS Darłowo
ul.Szkolna 12, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul.Wałowa 56, Darłowo 3osoby
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul.Wałowa 56, Darłowo 2 osoby
Stołówka PKPS Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul. M.C.Skłodowskiej 44, Darłowo
ul.Szkolna 12, Darłowo