



Klub Seniora w Żukowie zaprasza wszystkich chętnych!

Data publikacji: 6 maja 2022 godz. 10:36



Fundusze Europejskie
Program Regionalny



Rzeczpospolita
Polska



Pomorze
Zachodnie

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



15 maja br. minie rok od oficjalnego zainaugurowania działalności Klubu Seniora w Żukowie. W tym czasie odbyło się wiele okolicznościowych spotkań przy kawie i herbach, czy zajęć integracyjnych takich jak wycieczki piesze i nordic walking. Wspólne gotowanie czy pieczenie w dobrze wyposażonej kuchni Klubu to czas, gdy uczestnicy przygotowują przepyszne dania i wypieki na podstawie nowych przepisów. Chętnie wracają też do smaków z dzieciństwa, dzieląc się swoimi, sprawdzonymi recepturami.

Bardzo atrakcyjne są również wszelakie zajęcia rękodzielnicze. Można spróbować nowych zajęć i technik, np. takich jak plectenie makramy, czy zdobienie bawełnianych toreb, albo podzielić się z innymi uczestnikami własnymi umiejętnościami.

Seniorzy chętnie grają też w gry stolikowe i inne gry towarzyskie, ćwicząc przy tym pamięć oraz trenując umysł.

Wszyscy chętni mogą korzystać z bezpłatnych zajęć fitness. Zajęcia z instruktorem odbywają się dwa razy w tygodniu, a na co dzień można korzystać z mini-salki do ćwiczeń, która wyposażona jest w rower stacjonarny, bieżnię, stepper, orbitrek oraz wiele innych przyrządów sportowych.

Osoby chętne mogą zapoznać się z obsługą komputera i poznać tajniki korzystania z internetu.

Zapraszamy chętnych do uczestnictwa w spotkaniach organizowanych w Klubie Seniora w Żukowie w ramach projektu Pomocna Dłoń w Gminie Sławno.

Udział w projekcie jest dobrowolny i bezpłatny. Uczestnikami/ -czkami Klubu Seniora mogą być osoby nieaktywne zawodowo w wieku 60+ (kobiety) oraz 65+ (mężczyźni), które są mieszkańcami Gminy Sławno.

Godziny otwarcia Klubu Seniora:

- poniedziałek 12:00 – 17:00
- wtorek 9:00 – 14:00
- środa 9:00 – 14:00
- czwartek 9:00 – 14:00
- piątek 12:00 – 17:00

Serdecznie zapraszamy do uczestnictwa w spotkaniach Seniorów – Klub Seniora, Żukowo 10a.

Zdjęcia dodane do wiadomości

























