

## PROPOZYCJA TYGODNIOWEGO POBYTU W DOMU SENIORA BEATA

Od	Do	NIEDZIELA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
		PRZYWITANIE	AKTYWNY SENIOR	CYFROWY SENIOR	KULTURALNY SENIOR	SENIOR - POLIGLOTA	ZDROWY SENIOR	ROZRYWKOWY SENIOR	POŻEGNANIE
08:00	09:30		Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
10:00	11:00		Nordic Walking po Beskidzie Sądeckim szlakiem architektury drewnianej	Kurs komputerowy	Turniej szachowy	Kurs języka angielskiego	Masaż / rehabilitacja / siłownia z trenerem personalnym	Przejazd bryczką po okolicy/kulig	Msza Święta w kaplicy
11:00	12:00								
12:00	13:00							Projekcja filmu o tematyce religijnej	
13:00	14:00								
14:00	15:00		Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny
14:00	15:00		Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
15:00	16:00		Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	Czas wolny	
16:00	17:00		Basen/aqua park	Gry komputerowe	Spotkania z poezją	Kurs języka angielskiego	Grota solna		
17:00	18:00								
18:00	19:00	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja		
19:00	20:00	Przeważenie programu oraz kadry prowadzącej poszczególne warsztaty						Grillowanie i dancing	
20:00	21:00			Degustacja regionalnych nalewek w barze	Karaoke	Spotkania z filmem	SPA		
21:00	22:00								