



Rzeczpospolita
Polska



Śląskie.

Projekt pn. „Częstochowa silna dzielnicami” jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

DZIELNICOWY OŚRODEK SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ

ramowy plan tygodniowy zajęć tematycznych

30.09.2019 – 04.10.2019

30.09.2019 poniedziałek	01.10.2019 wtorek	02.10.2019 środa	03.10.2019 czwartek
09:00-12:00 podstawy obsługi komputera 12:00-14:00 trening pamięci i koncentracji	08:00-11:00 dyżur psychoterapeuty 11:00-12:30 gimnastyka z relaksacją 14:30-16:00 zajęcia taneczne	11:00-13:30 dyżur pedagoga 14:00-16:30 wyjście z mieszkańcami na basen	08:00-11:00 dyżur psychoterapeuty 11:00-12:30 gimnastyka z relaksacją 14:30-16:00 zajęcia taneczne

* Plan może ulec zmianie. W sprawie dyżurów prosimy o wcześniejszy kontakt telefoniczny.

WSZYSTKIE ZAJĘCIA SĄ BEZPŁATNE

ul. Ludowa 95 (budynek OSP, w podwórku), tel. 513 945 156, 505 764 693

CZĘSTOCHOWA

Beneficjent:
Gmina Miasto Częstochowa
ul. Śląska 11/13, 42-217 Częstochowa

Towarzystwo
ul. Nowowiejska 11/13, 42-217 Częstochowa

**Dzielnicowy Ośrodek Społeczności Lokalnej w Kiedrzymie
oraz Centrum Promocji Zdrowia VITA w Kłobucku**

zaprasza na
**VI WYKŁAD OTWARTY
AKADEMII SENIORA W KIEDRZYNI**

mgr Karina Stępień

„Ziołowy sposób na zdrowie jesiennego dnia

7 października 2019 r, godz. 18:00

DOSL Kiedrzyn ul. Ludowa 95 (budynek OSP w podwórku)

Informacje: Marzena Grabińska tel. 513 945 156



WYCIECZKA DO ALP

Wyjazd do alpakarni w
Poczesnej dla dzieci i
młodzieży z Kiedrzyna

11 października 2019

koszt **16 zł**

Informacje, zapisy:
513 945 156

