



Co proponujemy seniorom z Gminy Włoszczowa w czasie spotkań w Gminnym Klubie Seniora

Udostępniony we Włoszczowie 22 czerwca 2022 r., przez Gminę Włoszczowa i Pana Pawła Bąka, **Włoszczowski Klub Seniora** już działa dzięki społecznej, spontanicznej grupie seniorów. Spotkania odbywają się, od chwili otwarcia, w każdy poniedziałek w godzinach 11.00 – 15.00 w zrewitalizowanym budynku przy skrzyżowaniu ulic Wigury i Pocztovej (wejście od ulicy Pocztovej). Do dyspozycji bywalców jest odpłatnie (po kosztach) kawa i herbata czasem ktoś przyniesie ciasto.

Dotychczas są to luźne spotkania, ale od 5 września 2022 r. chcemy zorganizować w dostępnym czasie zajęcia grupowe dla chętnych, pogłębiające wiedzę i aktywność fizyczną, pomagające w poruszaniu się po rozwijających się technikach informatycznych, umożliwiające spędzenie wolnego czasu atrakcyjnie i w dobrym towarzystwie.

Przedstawiamy państwu nasze propozycje zajęć uzgodnione z ewentualnymi prowadzącymi. Każdy senior z Gminy Włoszczowa oraz często przebywający na jej terenie może wziąć udział w tych zajęciach nawet bez wstępnego zapisu, a zapisanie nie powoduje przymusu systematycznego uczęszczania. W czasach kiedy nasze dzieci się usamodzielniały i wyjechały, a reszta rodziny też gdzieś jest w Polsce lub w świecie, to nam brakuje towarzystwa, które choć trochę może osłodzić naszą pustkę i brak bliskiej osoby.

Oto nasze wstępne propozycje zajęć:

1. **„Znane i nieznane. Czyli ciekawostki z historii.”**
(gry historyczne, ćwiczenia umysłowe, zagadki i quiz-y, karty edukacyjne, gawędy i mini referaty)
Prowadząca: kol. Anna Oleśkiewicz
2. **Ćwiczenia gimnastyczne wzmacniająco-rozciągające.**
(planowane w 1 i 3 poniedziałek miesiąca w godz. 13.30 – 14.30)
Prowadząca: kol. Michalek Magdalena
3. **„Wielkie dlabanki na szydełku i drutach”**
Prowadzące: kol. Bożena Kaczkowska i Irena Owsikowska
4. **Doskonał się w królewskiej grze, czyli szachy dla początkujących i zaawansowanych.**
Prowadzący: kol. Roman Sybis
5. **„By móc podróżować po świecie, czyli angielski dla początkujących (zajęcia będą prowadzone od listopada 2022 r.).**
Prowadząca: kol. Barbara Plachta
6. **„Tam gdzie słysząc śpiew są dobrzy ludzie” – śpiewy zbiorowe przy akompaniamencie instrumentu.** (Doskonalenie umiejętności wokalnych, solo i bendy, próba tworzenia repertuaru na imprezy i spotkania)
Prowadzący: kol. Kazimierz Sobczyk
7. **Nauka i doskonalenie umiejętności malarskich i graficznych.**
(rysunek, grafika, malarstwo)
Prowadząca: kol. Ewa Kowalska
8. **„Zrób to sam!” – techniki informatyczne i informacyjne.**
(obsługa smartfonu i iPhone-u, poczta elektroniczna, media społecznościowe, korzyści, zagrożenia)
Prowadzący: kol. Roman Kaczmarek

Dodatkowe informacje pod telefonem: **508 140 762** (kol. Elżbieta Piotrowska).

Wstępne zgłoszenia do dnia 31 sierpnia 2022 r. na maila: wloszczowa.klub.seniora@gmail.com.

Zapis nie nakłada przymusu uczestnictwa, nie ma rygoru każdorazowego udziału. W zgłoszeniu należy podać: **Imię, Nazwisko, telefon kontaktowy, wybrane zajęcia** (nie koniecznie jedno). Zgłoszeń dokonywać też można na podany wyżej numer telefonu.

Pierwsze zorganizowane zajęcia danego dnia będą się zaczynać najwcześniej od godz. 11.30, a ostatnie kończyć najpóźniej o 14.30.

W Klubie cały czas do dyspozycji:

- kącik czytelniczo-prasowy,
- gry planszowe,
- telewizor,
- urządzenie nagłaśniające z mikrofonem i możliwością odtwarzania nagrań audio z Pendrive’a lub urządzeń zewnętrznych.

Zapisów można dokonać także w dniu 22 i 29 sierpnia 2022 r. od 11.00 do 15.00 w klubie na wyłożone tam listy.

W dniu 1 września 2022 r. w tych samych miejscach co obecnie zostanie wywieszony plan zajęć na miesiąc wrzesień 2022 r.

Zaprasza zespół animatorów pod kierunkiem koleżanek:
Elżbiety Piotrowskiej i Ewy Kowalskiej.