

## KWIECIEŃ 2023 - Plan zajęć w Gniewskim UTW

Termin	Miejsce	Propozycja	Kontakt	Zadanie ujęte w projekcie dofinansowanym przez Powiat Tczewski, Fundację BGK
Poniedziałki 9,30	ul. Czyżewskiego	Nordic walking	E. Dunajska, W. Czapska	"ABC Seniora: Aktywnie, Bezpiecznie, Ciekawie"
Poniedziałki 14,30	Centrum Kultury Gniew	Warsztaty malarskie	R. Reńska, H. Kaczmarek	"Artystyczne fyrtele seniora" "Seniorzy w twórczym działaniu"
Wtorki 9,00	GOSiR	Zumba gold	P. Trowska M. Chrzanowska	"Artystyczne fyrtele seniora" "Seniorzy w twórczym działaniu"
Wtorki 15,45 17,00	Centrum Kultury	Warsztaty rękodzieła	M. Wasielewska M. Chrzanowska, M. Biennek	"Artystyczne fyrtele seniora" "Seniorzy w twórczym działaniu"
Wtorki, 18,00	Salka katechetyczna	Chór	I. Chyła H. Kaczmarek	"Artystyczne fyrtele seniora" "Seniorzy w twórczym działaniu"
Wtorki 11, 18, 25 kwiecień godz. 10,00	Centrum Aktywnych Gniew	Wykłady o zdrowiu - Bóle brzucha, problemy jelitowe - Kim jest senior w medycynie? - Witamina B12 - znaczenie	W. Czapska R. Wiecki	"ABC Seniora: Aktywnie, Bezpiecznie, Ciekawie"
Środa, godz. 9,00	Zamek Gniew	Basen	W. Czapska E. Wiecka	"ABC Seniora: Aktywnie, Bezpiecznie, Ciekawie"
Środy 11,00	Restauracja Zamkowa	Strefa seniora	W. Czapska H. Kaczmarek	
Środa, 12,00	Restauracja Zamkowa	Kolegium dziennikarskie radia SoVo	W. Czapska R. Wiecki	Fundacja "Pro Cultura"
Środa, 12,00	Sala Kameralna	warsztaty kreatywne (scrapbooking, haft biżuteryjny, wstążeczkowy...)	R. Muller W. Czapska	"Seniorzy w twórczym działaniu"
Czwartek, 9,00	GOSiR	gimnastyka wzmacniająca karate	K. Marut B. Urbańska	"ABC Seniora: Aktywnie, Bezpiecznie, Ciekawie"
Czwartek, 13,00 i 14,00	GOSiR Gniew	Gimnastyka usprawniająca	B. Zimna, E. Wiecka	"ABC Seniora: Aktywnie, Bezpiecznie, Ciekawie"
Piątki 9,00	PKP Fitness Gniew	Gimnastyka na siłowni	P. Łysko W. Czapska	"ABC Seniora: Aktywnie, Bezpiecznie, Ciekawie"
1-8 kwiecień 10,00	Przystanek Latochy	wyjazd do sanatorium w Kołobrzegu	H. Kaczmarek C. Piaskowska	
16 kwiecień godz. 14,30	przystanek Latochy	wyjazd do teatru w Gdańsku	H. Kaczmarek E. Dunajska	"Seniorzy w twórczym działaniu"

### W przygotowaniu:

Wycieczka do Wrocławia i okolic - 27-30 czerwiec 2023

Wycieczka w Bieszczady - 26-30 wrzesień 2023

Wjazd do sanatorium w Kołobrzegu 2-9 grudzień i 12-19 grudzień 2023. Zgłoszenia do 13 kwietnia SMS telefon do H. Kaczmarek, E. Dunajskiej