

**STYCZEŃ 2026 r.**  
**KLUB SENIOR+**  
**Adres miejsca wsparcia: Zakrzewo,**  
**ul. W. Szczepańskiego 1, 77-424 Zakrzewo**

| Styczeń 2026 |     |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                 |                                                                 |      |        |
|--------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------|--------|
| Pon.         | Wt. | Śr.                                                                                                                                                          | Czw.                                                                                                                                                            | Pt.                                                             | Sob. | Niedz. |
|              |     |                                                                                                                                                              | 1<br><br>X                                                                                                                                                      | 2<br><br>X                                                      | 3    | 4      |
| 5            | 6   | 7<br>11-12 zajęcia<br>gimnastyczne<br>z fizjoterapeutą,<br>osoba prowadząca<br>Paweł Jaros<br><br>12-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników  | 8<br>11-15 zajęcia<br>manualne, osoba<br>prowadząca Anna<br>Muszyńska-Cyra                                                                                      | 9<br>11-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników  | 10   | 11     |
| 12           | 13  | 14<br>11-12 zajęcia<br>gimnastyczne<br>z fizjoterapeutą,<br>osoba prowadząca<br>Paweł Jaros<br><br>12-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 15<br>11-13 zajęcia<br>florystyczne, osoba<br>prowadząca Anna<br>Muszyńska-Cyra<br><br>13-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników                | 16<br>11-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 17   | 18     |
| 19           | 20  | 21<br>11-12 zajęcia<br>gimnastyczne<br>z fizjoterapeutą,<br>osoba prowadząca<br>Paweł Jaros<br><br>12-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 22<br>11-13 spotkanie<br>z dietetykiem, osoba<br>prowadząca Monika<br>Goździkowska-<br>Dubicka<br><br>13-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 23<br>11-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 24   | 25     |
| 26           | 27  | 28<br>11-12 zajęcia<br>gimnastyczne<br>z fizjoterapeutą,<br>osoba prowadząca<br>Paweł Jaros<br><br>12-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 29<br>11-13 spotkanie<br>z dietetykiem, osoba<br>prowadząca Monika<br>Goździkowska-<br>Dubicka<br><br>13-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 30<br>11-15 czas wolny<br>do wykorzystania<br>przez uczestników | 31   |        |