

## Profilaktyka zdrowotna

Published: Thursday, 13 October 2016 08:28

Hits: 18224

---

### Kluby seniora w Starachowicach

1. Koło Seniora „Jarzębinka” działające przy Klubie Spółdzielczym „Wanacja” - w Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko - Własnościowej „WANACJA” przy ul. ul. Żytnia 31 w Starachowicach.
2. Klub seniora „Jesienny Listek” działający przy Spółdzielczym Domu Kultury w Spółdzielni Mieszkaniowej przy ul. Wojska Polskiego 9 w Starachowicach.
3. Klub seniora „Złota Majówka” działający przy Parafii Najświętszego Serca Jezusowego w Starachowicach ul. Złota 1.
4. Klub seniora „Manhattan” działający przy Dziennym Domu Senior-WIGOR w Starachowicach, Galeria Handlowa Skałka al. Armii Krajowej 28 (I piętro).



W ramach działalności Klubów prowadzone są :

Zajęcia rekreacyjno -sportowe : gimnastyka, joga, gra w Bule, gra w tenisa stołowego, turnieje, konkursy sprawnościowe, wycieczki piesze i autokarowe.  
Działalność świetlicowa: gra w BINGO, gry karciane, gry świetlicowe, rękodzieło, zajęcia kulinarne  
Spotkania kulturalno- artystyczne:  
Bale dla seniorów  
Dni seniora

## Profilaktyka zdrowotna

Published: Thursday, 13 October 2016 08:28

Hits: 18224

---

Spotkania z okazji świąt

Pogadanki

Wspólne wyjścia do kina, wyjazdy do teatru

Wystawy prac seniorów

Wspólne śpiewy

Spotkania przy herbatce

Majówki senioralne

Nauka samoobrony

Spotkania profilaktyczne

Kluby Seniora to miejsca spotkań osób starszych, najczęściej wspierane przez jednostki, przy których powstają. W Klubie Seniora można się więc spotkać z osobami w podobnym wieku i wspólnie z nimi spędzić czas w miłej atmosferze. Taka właśnie jest idea Klubów Seniora - mają integrować i wspierać aktywność osób starszych, ale przede wszystkim zapewniać im dobre towarzystwo, w pobliżu miejsca zamieszkania.

Przynależność do Klubu daje przede wszystkim możliwość spędzania czasu w miłym towarzystwie, rozwijania swoich zainteresowań i zdolności. Klubowicze razem

## Profilaktyka zdrowotna

Published: Thursday, 13 October 2016 08:28

Hits: 18224

---

ćwiczą, uprawiają różne dyscypliny sportowe, spacerują i zwiedzają Polskę. Bardzo aktywnie uczestniczą też w życiu kulturalnym miasta - wspólnie chodzą na koncerty, do kina, teatru, ale także sami stają na scenie, prezentując swoje talenty wokalne czy aktorskie. Życie Klubu uatrakcyjniają natomiast imprezy organizowane z okazji świąt czy rocznic.

