

Aktywnie w Klubie Seniora w Ruszowicach



Nasi seniorzy nie narzekają na nudę. Uczestnicy Klubu Seniora w Ruszowicach bardzo chętnie spędzają czas na zajęciach ruchowych, prowadzonych przez instruktora Arkadiusza Jankowskiego. Między ćwiczeniami ruchowymi odbyły się także zajęcia z rękodzieła oraz spotkanie z Panią Małgorzatą Bartoszek, która pokazała naszym uczestnikom dobrodziejstwo oddziaływania wibracji dźwięku na ciało i na samopoczucie. Seniorzy znaleźli również czas na dalszą naukę obsługi tabletów.

Zajęcia w Klubie Senior + w Ruszowicach to cykl przedsięwzięć organizowanych w ramach Wieloletniego Programu Rządowego Senior+ na lata 2021-2025, edycja 2023, moduł 2.

