



ŚWINOUJŚCIE TURNUS REHABILITACYJNO-WYPOCZYNKOWY



Zakwaterowanie Ośrodek Graal

Koszt 830 zł

Program turnusu - od 30 sierpnia – 6 września 2015 r

Dzień pierwszy (niedziela):

- ✓ Przejazd autokarem ze Śremu do Świnoujścia
- ✓ Zakwaterowanie i rekonesans po Świnoujściu, udział we mszy św.
- ✓ Wieczorem :Impreza integracyjna o charakterze zabawowym „Poznajemy się nawzajem”

Dzień drugi (poniedziałek):

- ✓ Przed południem: indywidualne zabiegi rehabilitacyjne, plażowanie ;
- ✓ Po południu: rejs statkiem ”
- ✓ Wieczorem: Wieczne zabawy przy ognisku.

Dzień trzeci (wtorek):

- ✓ Przed południem: indywidualne zabiegi rehabilitacyjne, plażowanie ;
- ✓ Po południu: zwiedzanie miejscowości Wolin;
- ✓ Wieczorem: Impreza integracyjna o charakterze muzycznym pt. „śpiewać każdy może”.

Dzień czwarty (środa):

- ✓ Przed południem: indywidualne zabiegi rehabilitacyjne , plażowanie ;
- ✓ Po południu: Wycieczka turystyczno – krajoznawcza do miejscowości Międzyzdroje;
- ✓ Wieczorem: Impreza muzyczna – karaoke/ rehabilitacja ruchowa

Dzień piąty (czwartek):

- ✓ Przed południem: indywidualne zabiegi rehabilitacyjne , plażowanie ;
- ✓ Po południu: zajęcia aktywizujące z wykorzystaniem Metody Gimnastyki Mózgu Paula Dennisona oraz ćwiczenie metod relaksacji;
- ✓ Wieczorem: Bal Seniorów Młodych Duchem

Dzień szósty (piątek):

- ✓ Przed południem: indywidualne zabiegi rehabilitacyjne, plażowanie ;
- ✓ Po południu: Wycieczka turystyczno – krajoznawcza do miejscowości Dziwnowo
- ✓ Wieczorem: Impreza integracyjna o charakterze zabawowo – sportowym pt. Turniej Sprawności pod hasłem „Żwawy Senior to Ja”

Dzień siódmy (sobota):

- ✓ Przed południem: indywidualne zabiegi rehabilitacyjne, plażowanie ;
- ✓ Po południu: Zajęcia edukacyjne - relaksacja i muzykoterapia
- ✓ Wieczorem: Ognisko pożegnalne z pieczeniem kiełbasek.

Dzień ósmy (niedziela):

- ✓ Przed południem: Uroczyste podsumowanie i zakończenie turnusu, pożegnanie z miejscowością i Bałtykiem, przejazd do Szczecina i zwiedzanie miasta;
- ✓ Obiad w drodze powrotnej
- ✓ Wieczorem: Powrót do Śremu.

PROJEKT DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON