

Klub Seniora Wittigowo

przy parafii p.w. NMP Matki Pocieszenia

Harmonogram spotkań **w piątki**. Serdecznie zapraszamy.

04 września	godz. 11.00-12.30 sala parafialna	Otwarcie roku formacyjnego Klubu Serdecznie zapraszamy wszystkich seniorów na pierwsze spotkanie Klubu Wittigowo po wakacjach. Przedstawimy program oraz osoby prowadzących zajęcia i kilka nowości dotyczących organizacji klubu.
11 września	godz. 11.00-12.30 sala parafialna	Zebranie członków Klubu: Kawa, Plany i Pomysły Dyskutujemy i planujemy przy kawce co odbędzie się w październiku oraz sprawy organizacyjne. Jeśli ktoś ma ciekawe pomysły to jest to idealnie miejsce, żeby się nimi podzielić.
18 września	zbiórka przy ul. Ślężnej 37 o godz. 12.00	Wycieczka na Stary Cmentarz Żydowski Na cmentarzu spoczywa wielu wybitnych wrocławian, są wśród nich artyści, naukowcy, politycy i przedsiębiorcy. Pierwszy pochówek na cmentarzu odbył się w 1856 roku, ostatni w 1942 roku.
25 września	godz. 11.00-12.30 sala parafialna	Wiara na co dzień – Rozmowy z Siostrami Zgromadzenia Służebniczek Siostry Zakonne podzielą się z nami swoim doświadczeniem Boga i pomogą przyjrzeć się tematom związanym z codzienną wiarą, oraz duchowością. Będzie to czas na wspólne umocnienie, okazja do modlitwy, ale też zadawanie pytań i luźną dyskusję.

Harmonogram zajęć sportowych **we wtorki**. Serdecznie zapraszamy.

15 września 29 września	godz. 14.45-16.15 zbiórka przy sali parafialnej	Nordic Walking Kurs Nordic Walking jest dostosowany dla początkujących i lekko zaawansowanych. Przygotowanie: wygodny strój sportowy adekwatny do pogody w danym dniu, wygodne obuwie sportowe, kije do Nordic Walking (opcjonalne, można też wypożyczyć podczas zajęć).
22 września	godz. 14.45-16.15 sala parafialna	Zdrowy kręgosłup Ćwiczenia aktywują wszystkie mięśnie w ciele ze szczególnym uwzględnieniem partii pleców, brzucha i pośladków. Ćwiczymy bez obuwia oraz w lekkim, wygodnym ubraniu sportowym, które nie będzie krępowało ruchu i jego zakresu. Przyda się również ręcznik, który położymy na macie do ćwiczeń oraz butelka z wodą do picia.



Wycieczka do Sanktuarium św. Jadwigi Śląskiej w Trzebnicy na zakończenie roku formacyjnego, 18 czerwca 2026 r.

Sanktuarium św. Jadwigi Śląskiej w Trzebnicy pozostaje jedną z najbardziej fascynujących atrakcji Dolnego Śląska. W dniu 18 czerwca, na zakończenie roku formacyjnego, zorganizowano autokarową wycieczkę do Trzebnicy, która przyciągnęła 20 uczestników, w tym też uczestników z Klubu Seniora z parafii św. Rodziny. Podróż w przeszłość rozpoczęła się w klasztorze i muzeum klasztornym. W historycznych pomieszczeniach wystawa prezentuje imponującą kolekcję sakralnych skarbów sztuki, dokumentów historycznych oraz przedmiotów codziennego użytku cysterek. Po Mszy i małej kawowej przerwie na zakończenie wyjazdu grupa zmieniła perspektywę. Wycieczka zaprowadziła uczestników w okolice Wzgórz Trzebnickich.

Prosimy o wsparcie projektu studenckiego:

Szanowni Państwo,
Nazywam się Barbara Jobko i jestem studentką 5 roku psychologii na Uniwersytecie SWPS we Wrocławiu. Właśnie zajmuję się pisaniem mojej pracy magisterskiej, w ramach której badam kreatywność u osób powyżej 65+ roku życia. Temat mojej pracy wybrałam sobie sama, gdyż jestem pasjonatką muzyki oraz uważam, że grupa osób starszych cieszy

się małym zainteresowaniem od strony badawczej. Serdecznie zapraszam wszystkich chętnych Seniorów do udziału w tym projekcie! Chciałabym opowiedzieć Państwu o nim trochę więcej, dlatego pojawię się na najbliższym, pierwszym spotkaniu Klubu Seniora. Będzie to doskonała okazja, aby się poznać, porozmawiać i zadać wszelkie pytania. Osoby zainteresowane lub chcące dowiedzieć się więcej już teraz, zapraszam do kontaktu telefonicznego pod numerem: **696 104 555**. Do zobaczenia! Barbara Jobko

Program: Dzięki ze jesteś!

Program obejmuje pomoc dla osób powyżej 65 roku życia w zakresie:

- zakupy i pomoc domowa,
- drobne prace naprawcze,
- opieka domowa

Osoby zainteresowane uczestnictwem w programie prosimy o kontakt z Fundacją.

Czas na rozmowę: Środy z psychologiem

Nie musisz radzić sobie sam! Potrzebujesz wsparcia w rozwiązaniu życiowego problemu? Masz trudności w relacjach rodzinnych? Oferujemy bezpłatne dyżury doświadczonej psycholożki. Kiedy? Każda środa, godz. 16:00 – 19:00 Gdzie? Biuro Fundacji (przy bibliotece parafialnej)

Zrób pierwszy krok – umów się na rozmowę. Przez SMS na **722 308 000** lub mailem na **wroclaw@lumengentium.pl**

Kontakt Biuro Fundacji

tel. 690 441 481

ul. Ludwika Pugeta 9

www.wroclaw.lumengentium.pl

Konto: 90 2530 0008 2041 1082 0844 0001

Zespół redakcyjny: Nicolai Otto & Marian Kuczaj



Projekt współfinansowany przez Gminę Wrocław
Wrocław miasto spotkań
www.wroclaw.pl