

Joga, taniec i dbanie o urodę, czyli zajęcia w Klubie Seniora

Basen, joga, robótki ręczne, taniec, florystyka – to tylko niektóre z zajęć jakie odbywają się w Klubie Seniora w Orzeszu. W poniedziałek (27 czerwca) mieszkanki naszego miasta spotkały się z kosmetyczką. Dowiedziały się jak dbać o urodę i samodzielnie zrobić maseczki pielęgnacyjne.



Trzynaście Pań brało udział w poniedziałkowych zajęciach z kosmetyczką Katarzyną Kowol. – Trzy łyżki kakao, dwie śmietany i trochę miodu – pani Katarzyna podała przepis na pierwszą maseczkę upiększającą, po czym nałożyła ją na twarz uczestniczek spotkania. Potem była maseczka z jabłek, a na końcu z płatków owsianych. Panie relaksowały się przy dźwiękach muzyki, był też czas na żarty i rozmowy w przyjacielskiej atmosferze.

Klub Seniora ma swoją siedzibę przy ul. Fabrycznej 1 w Orzeszu Jaśkowicach (wejście od strony biurowca). Zajęcia odbywają się od poniedziałku do czwartku, w godz. 10-13, a ich oferta obejmuje m.in.: zajęcia ze specjalistami (dietetykiem, psychologiem, stylistką), wyjazdy do teatru lub basen, jogę, taniec, muzykoterapię, warsztaty florystyczne, plastyczne, kulinarne, a także pomoc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego.

Zajęcia są bezpłatne, dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu: 572 366 287.