

# HARMONOGRAM



## PONIEDZIAŁEK

### KONSULTACJE 1:1

DIETETYK  
COACHING  
FIZJOTERAPEUTA  
MASAŻYSTA

### ZAJĘCIA GRUPOWE

**GODZ. 18:00-19:00**  
JOGA (ZAJĘCIA  
RELAKSUJĄCO -  
ROZCIĄGAJĄCE)

## WTOREK

### KONSULTACJE 1:1

DIETETYK  
COACHING  
FIZJOTERAPEUTA  
MASAŻYSTA  
NATUROPATA\*

### ZAJĘCIA GRUPOWE

**GODZ. 8:00 - 9:00**  
(POZIOM III) ZAJĘCIA  
OGÓLNOROZWOJOWE

## ŚRODA

### KONSULTACJE 1:1

DIETETYK  
COACHING  
FIZJOTERAPEUTA

### ZAJĘCIA GRUPOWE

**GODZ. 8:15-9:15**  
JOGA

**GODZ. 17:30-18:30**  
(POZIOM I) ZAJĘCIA  
OGÓLNOROZWOJOWE

**GODZ. 18:30-19:30**  
(POZIOM II) ZAJĘCIA  
OGÓLNOROZWOJOWE

## CZWARTEK

### KONSULTACJE 1:1

DIETETYK  
COACHING  
FIZJOTERAPEUTA  
MASAŻYSTA  
NATUROPATA\*

### ZAJĘCIA GRUPOWE

**GODZ. 18:00-19:00**  
JOGA (ZAJĘCIA  
RELAKSUJĄCO -  
ROZCIĄGAJĄCE)

## PIĄTEK

### KONSULTACJE 1:1

DIETETYK  
COACHING  
FIZJOTERAPEUTA  
MASAŻYSTA

### ZAJĘCIA GRUPOWE

**GODZ. 8:15-9:15**  
JOGA (ZAJĘCIA  
RELAKSUJĄCO -  
ROZCIĄGAJĄCE)

## MIEJSCE

**KONSULTACJE 1:1 I ZAJĘCIA GRUPOWE:** HOLISTYCZNY DOBROSTAN  
UL. WOJSKA POLSKIEGO 72/74, ŁÓDŹ; TEL. +48 535 677 770

\***KONSULTACJE Z NATUROPATĄ** (GODZ. 11-14)  
WTOREK: UL. STASZICA 1/3, ŁÓDŹ, POKOJ 307  
CZWARTEK: DPS W ZGIERZU, UL. CHEŁMSKA 16/18, 95-100 ZGIERZ

## ORGANIZACJA

**PROJEKT 'WSPARCIE NA START II POŁOWA 2024: KOMPLEKSOWY  
PROGRAM WSPIERANIA UCHODźCÓW Z UKRAINY - OSÓB Z  
NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI I ICH BLISKICH'**

BIURO PROJEKTU

TPN ■ UL. KS. ST. STASZICA 1/3 ■ ŁÓDŹ 91-746  
WWW.TPN.ORG.PL TEL./FAX: 42 616 06 20



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

