


Zajęcia w Oddziale Warszawskim PTSR – AKTUALIZACJA 03.04.2023 r.

ZAJĘCIA	MIEJSCE ZAJĘĆ	DZIEŃ	GODZINA
Rehabilitacja ruchowa GRUPOWA	ul. Nowosielecka 12	wtorek wtorek (dla mniej sprawnych) środa czwartek czwartek	11:00-12:30 ON-LINE 15:30-18:00 09:00-11:00 11:00-12:30 ON-LINE 15:00-17:30
Joga	ul. Nowosielecka 12	wtorek piątek	14:00-15:30 14:00 -15:30
Tai - Chi	ul. Nowosielecka 12	poniedziałek środa	15:30-17:30 15:30-17:30 ON-LINE
Choreoterapia	ul. Nowosielecka 12	czwartek	12:00 - 14:00
Masaż, elektroterapia, mechanoterapia - obowiązkowe zapisy w biurze OWPTSR	ul. Nowosielecka 12	poniedziałek środa piątek sobota	07:00 - 16:00 11:00 - 15:30 09:00 -16:00 07:00 - 14:30
NORDIC WALKING	w terenie	wiadomość w biurze (wybrane soboty)	
Arteterapia	ul. Nowosielecka 12	wtorek czwartek	14:30 - 18:00 14:30 - 18:00
Główka pracuje	ul. Nowosielecka 12	czwartek piątek	10:00-12:00 11:00-13:00
Zajęcia metodą Feldenkraisa	ul. Nowosielecka 12	wiadomość w biurze (wybrane soboty)	
Basen REHABILITACYJNY - ćwiczenia w wodzie - obowiązkowe zapisy w biurze OWPTSR	ul. Górczewska (centrum Attis)	ZAWIESZONY DO ODWOŁANIA	
	ul. Mładzka 27 a (REH-MEDICA)	poniedziałek piątek	15:00 - 15:30 15:00 - 15:30
Basen rekreacyjny - obowiązkowe zapisy w biurze OWPTSR	ul. Flory 2 (potrzebne ubezp. NNW)	sobota od 10:00 - 11:30 (dla osób pływających)	
Warsztaty ceramiczne	ul. Nowolipki 9b	piątek	13:30-16:30 16:30-19:30
Warsztaty wokalne	ul. Nowosielecka 12	wiadomość w biurze	wiadomość w biurze
Warsztaty teatralne	ul. Nowosielecka 12	poniedziałek czwartek	10:30–13:00 10:00 - 12:00 ON-LINE
Warsztaty kulinarne - obowiązkowe zapisy w biurze OWPTSR	ul. Nowosielecka 12	wtorek	09:30 – 14:30
Hipoterapia - obowiązkowe zapisy w biurze OWPTSR	ul. Wincentego 92	STAJNIA "HEJ KONIKU"	
Imprezy kulturalne (biletowane), warsztaty tematyczne – wyjazdowe i stacjonarne spotkania okolicznościowe	INFORMACJA UDZIELANA ZA POMOCĄ - AKTUALNOŚCI NA STRONIE WWW.PTSR.WAW.PL ; - NEWSLETTER BIURO@PTS.R.WAW.PL - KWARTALNIK NADZIEJA - WYSYŁKI KORESPONDENCJI POCZTOWEJ		
Psycholog / Prawnik / Pracownik socjalny / Specjalista ds sprzętu rehabilitacyjnego / Logopeda / Dietetyk / Rehabilitant domowy / Asystent osoby chorej na SM	indywidualnie	informacja w biurze	
WAŻNE!			
Przed wybraniem się na ww. zajęcia należy wcześniej skontaktować się z biurem (tel. 22 831-00-76/77, biuro@ptrs.waw.pl).			
Zajęcia prowadzone są w ramach:			
projektów współfinansowanych ze środków PFRON			
projektu „Rehabilitacja medyczna i usprawnianie kompetencji społecznych osób chorych na SM” współfinansowanego ze środków M.St. Warszawy		