

Pondělí 3.2.

15:00 - 16:00 - I.sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna
Cvičení pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

Středa 5.2.

9:00 - 10:30 - zimní zahrada
Angličtina s Elizabeth Crombie

Čtvrtek 6.2.

14:30 - 16:00 - jídelna
„Péče o pleť a své zdraví v seniorském věku“
Naše krása závisí na tom, kolik lásky dáváme sami sobě. Přednáší a praktické ukázky provede Miroslava Kutinová

Pondělí 10.2.

15:00 - 16:00 - I. sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna
Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

Úterý 11.2.

14:30 - 16:00 - zimní zahrada
Trénování paměti s Irenou Simeonovou

15:30 - 16:15 - začátečníci, I. skupina
16:15 - 17:00 - mírně pokročilí, II. skupina
17:00 - 17:45 - pokročilí - III. skupina
Kurz PC s Kateřinou Pařezovou - jídelna

Středa 12.2.

9:00 - 10:30 - zimní zahrada
Angličtina s Elizabeth Crombie

Čtvrtek 13.2.

14:30 - 16:00 - jídelna
Jan Vízner a Iveta Hrtánková pro Vás připravili „Tuhle rundu platím já“
Poplujete souostrovím kocourkovské svobody s nákladem těch nejslavnějších písní od vody.

Pátek 14.2.

9:30 - 10:30 - jídelna
Jóga s Vladimírem Mikulášem

Pondělí 17.2.

15:00 - 16:00 - I. sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna
Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

Středa 19.2.

9:00 - 10:30 - zimní zahrada
Angličtina s Elizabeth Crombie

Čtvrtek 20.2.

14:30 - 16:00 - jídelna
„Možnosti udržení mobility do pozdního věku“
Přednáší MUDr. Miloš Matouš, vedoucí lékař/ interna a tělovýchovné lékařství ISL.

PROGRAM



ÚNOR 2014

Informace na uvedených kontaktech:

Koordinátor KSEC: Irena Simeonová
mob. tel.: 736 489 330
telefon-rezervace: 220 199 610
e-mail: ksec@pecovatelskaslužbap6.com

NA VŠECHNY AKTIVITY
JE NUTNÁ REZERVACE
NA VÝŠE UVEDENÉM KONTAKTU
AKTIVITY JSOU ZDARMA A JSOU URČENY
SENIORŮM PRAHY 6

KOŠlejnická

komunitní seniorské centrum

Pečovatelská služba Prahy 6
DPS Šlejnická 5, Praha 6

Pondělí 24.2.

14:30 - 16:00 - jídelna
„Kambodža - tak trochu zapomenutá země“.
Malý stát uprostřed asijského kontinentu, který skrývá v sobě mnohá tajemství a velmi rozporuplnou historii.
Dnešní Kambodža šokuje na každém kroku. Vedle historických milníků nás však čeká i dobrodružná cesta bambusovou drezínou a nebo plavba mezi zatopenými vesnicemi po největším sladkovodním jezeře jihovýchodní Asie - Tonlé Sap.
Komentovanou projekci provede : RNDr. Karel Wolf

Úterý 25.2.

14:30 - 16:00 - zimní zahrada
Trénování paměti s Irenou Simeonovou

15:30 - jídelna

Zápis do kurzu PC - rozdělovací schůzka. Účast nutná, počet účastníků omezen

Středa 26.2.

9:00 - 10:30 - zimní zahrada
Angličtina s Elizabeth Crombie

Čtvrtek 27.2.

16:00 - Skleněný palác, nám. Svobody
Dernisáž výstavy fotografií kroužku digitální fotografie - slavnostní zakončení

Výhled na březen:

Akce, které z důvodu onemocnění zpěvačky nebyla v listopadu 2013 uvedena, máte možnost navštívit v měsíci březnu:

„Leonard Cohen zpívá a básní česky“
Představí ho PhDr. Miroslav Jindra, jako významného kanadského básníka, ovšem především světově proslulého zpěváka a autora mnoha písňových hitů, který už třikrát s obrovským úspěchem vystoupil i v Praze. Přečte několik ukázek ze svých překladů Cohenovy poezie a zazpívá deset Cohenových písní česky, ve znění svých textových převodů.

PhDr. Miroslav Jindra za českou verzi Cohenovy básnické sbírky KNIHA TOUŽENÍ a celoživotní práci překladatele získal roce 2009 Státní cenu za literární překlad
Spoluučinkující: Twin Sisters (Bára Holečková a Lucka Martínková) - zpěv a Štěpán Jindra - klávesy.

