

Pondělí 3.3.

14:00 - 15:00 - I. sk. / 15:00 - 16:00 - II. sk. / 16:00 - 17:00 - III. sk.
Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou - jídelna

Úterý 4.3.

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

Středa 5.3.

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

Čtvrtek 6.3.

14:30 - 16:00 - jídelna
Koncert: „La Rosa“ v podání „Ensemble Fiorello „
Učinkující: Lucie Rozsnyó - soprán, Michala Roubalová - zobcová flétna, Magdalena Malá - housle, Helena Matyášová - violoncello, Markéta Čechová - virginal Komorní soubor se zabývá interpretací staré hudby na dobové nástroje Program si můžete vyzvednout v KC Šlejnická.

Pondělí 10.3.

14:00 - 15:00 - I. sk. / 15:00 - 16:00 - II. sk. / 16:00 - 17:00 - III. sk.
Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou - jídelna

Úterý 11.3.

14:30 - 16:00 - zimní zahrada
Skupina trénování paměti KC Šlejnická pod vedením Ireny Simeonové je zapojena do celosvětové akce „Týden uvědomění si mozku“, který od roku 1996 pořádá organizace Dana Alliance for the Brain.
Zveme veřejnost Prahy 6 k účasti na tréninku paměti.
Můžete být jen divákem nebo si s námi zatrénovat.

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 12.3.

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

Čtvrtek 13.3.

16:30 - 17:30 - jídelna
„Leonard Cohen zpívá a básní česky“ PhDr. Miroslav Jindra představí kanadského básníka, který světově proslul jako zpěvák a autor mnoha písňových hitů. Vystoupil i v Praze (3x) s obrovským úspěchem. Přečte několik ukázek ze svých překladů Cohenovy poezie a zazpívá deset Cohenových písní česky, ve znění svých textových převodů.
Spoluúčinkující: Twin Sisters - Bára Holečková a Lucka Martínková - zpěv; doprovod na klávesy Štěpán Jindra.

Pátek 14.3.

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

PROGRAM



BŘEZEN 2014

Informace na uvedených kontaktech:

Koordinátor KSEC: Irena Simeonová
telefon-rezervace: 736 489 330
e-mail: ksec@pecovatelskaslužbap6.com

NA VŠECHNY AKTIVITY
JE NUTNÁ REZERVACE
NA VÝŠE UVEDENÉM KONTAKTU

AKTIVITY JSOU ZDARMA A JSOU URČENY
SENIORŮM PRAHY 6

KC Šlejnická

komunitní seniorské centrum

Pečovatelská služba Prahy 6
DPS Šlejnická 5, Praha 6

Pondělí 17.3.

14:00 - 15:00 - I. sk. / 15:00 - 16:00 - II. sk. / 16:00 - 17:00 - III. sk.
Cvičení na židlích pro podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou - jídelna

Úterý 18.3.

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

Středa 19.3.

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

Čtvrtek 20.3.

14:30 - 16:00 - jídelna
„Význam doteku v našem životě“ v Máme dostatek doteků a umíme doteky rozdávat? Přednášku provede Mgr. Hana Jelínková

Pondělí 24.3.

14:00 - 15:00 - I. sk. / 15:00 - 16:00 - II. sk. / 16:00 - 17:00 - III. sk.
Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou - jídelna

Úterý 25.3.

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 26.3.

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

Čtvrtek 27.3.

14:30 - 16:30 - Sraz: zahrada u Valdštejnské jízdárny (M-Malostranská)
Procházky Prahou s Emilií Vrbatovou „Od Klárova po Maltézské náměstí po stopách známých osobností“.

Pátek 28.3.

14:00 - 15:00 - jídelna
„Tancem kolem světa“ S Adrianou Tikovskou, z tanečního souboru Kintari, si zatančíme a nacvičíme další nové prvky orientálního tance.

Pondělí 31.3.

14:00 - 15:00 - I. sk. / 15:00 - 16:00 - II. sk. / 16:00 - 17:00 - III. sk.
Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou - jídelna

Výhled na duben:

„Étiopie - země mnoha tváří“ Hluboké propasti a srázy Simienských hor, křesťanské památky vytesané do skal, zaprášená města uplácená z hlíny, drsné tváře Mursiů, jejichž ženy si zdobí rty hliněnými talířky... Pojďte nahlédnout do jiného světa v rámci diashow manželů Wolfových.