

Pondělí 1.9.

15:00 - 16:00 - I. sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

Úterý 2.9.

14:00 - 15:00 - jídelna

„Tancem kolem světa“ Trochu opakování a nové prvky orientálního tance s Adrianou Tikovskou.

Čtvrtek 4.9.

14:30 - 16:00 - jídelna

„Pojďme mládnout s humorem a písní“ S Jindřichem Krausem se budeme bavit aforismy, krátkými příběhy, společně si zazpíváme lidové písničky. Možná vystoupí i „Smutný muž“. Na závěr se naučíme a zazpíváme písničku Pojďme mládnout smíchem.

Pátek 5.9.

9:30 - 10:30 - jídelna

Jóga s Vladimírem Mikulášem

Pondělí 8.9.

15:00 - 16:00 - I. sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

Úterý 9.9.

14:30 - 16:00 - zimní zahrada

Stop zapomínání. Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

od 15:30 - jídelna

Rozdělovací schůzka účastníků podzimního kurzu PC. Účast je nutná, počet míst v kurzu je omezen.

Čtvrtek 11.9.

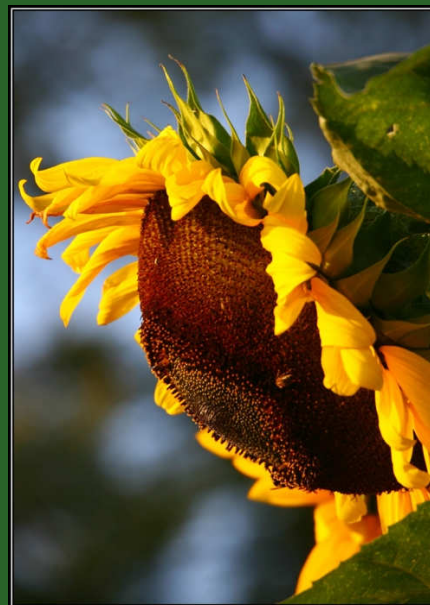
14:30 - 16:00 - jídelna

„Kdo byl doktor klavír, neb zlatá šedesátá“ Jiří Šlitr – hudebník, malíř a herec více než právník, který se zapsal svým mnohonásobným talentem do paměti všech kultur milovaných lidí. Uměl skládat písničky, které si zpíval celý národ, dokázal nalézt svůj vlastní výrazný malířský rukopis a s černým tvrděákem na hlavě přinášel všem, kteří ho potřebovali, pohodu a smích. V letošním roce by se dožil rovné 90-sátky. My bychom ho chtěli připomenout, a to nejenom slovy, ale zejména jeho krásnými písničkami, které v pořadu uslyšíte v podání

nejrůznějších interpretů. SRDEČNĚ VÁS ZVE Jiřina Hennlichová: Šance žít-chance be live.



PROGRAM



Září 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**

KČŠlejnická

komunitní seniorské centrum

Pečovatelská služba Prahy 6
DPS Šlejnická 5, Praha 6

Pondělí 15.9.

15:00 - 16:00 - I. sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

Úterý 16.9.

14:00 - 16:00 - Sraz: tram (č. 12, 9, 6) zastávka Švandovo divadlo.

Procházky Prahou s Emilií Vrbatovou „Vyhlídkovou cestou do Kinské“ zahrady a Petřínských sadů ke Strahovu

Čtvrtek 18.9.

14:00 - 16:00

„Z Bílé Hory na Vypich“ Komentovaná procházka s PhDr. Kateřinou Pařízkovou k památníku bitvy na Bílé Hoře, prohlídka kláštera Panny Marie Vítězné a putování kolem kaplí číslo 6 - 8 poutní cesty do Hájků.

Pondělí 22.9.

15:00 - 16:00 - I. sk / 16:00 - 17:00 - II. sk - jídelna

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

Úterý 23.9.

14:30 - 16:00 - zimní zahrada

Stop zapomínání. Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 24.9.

14:30 - 16:00 - jídelna



„Vánoční a Velikonoční ostrovy“ Cestovatel RNDr. Karel Wolf představí neobvyklou kombinaci dvou „svátečních“ ostrovů a přidá navíc zážitky z Kokosových ostrovů. Vánoční ostrov se nachází v Indickém oceánu a skrývá



jednu z neobyčejných lokalit, kde se vyskytuje záplava červených krabů, kteří jsou známi svou mohutnou migrací z lesů k mořskému pobřeží. Velikonoční ostrov v Pacifiku je proslaven svými kamennými sochami moai, které rozpohyboval náš experimentální archeolog ing. Pavel Pavel.

Pondělí 29.9.

14:00 - 15:00 - I. sk. / 15:00 - 16:00 - II. sk / 16:00 - 17:00 - III. sk - jídelna

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

Výhled na říjen

„Z Čech až na konec Afriky“ Osudy malého chlapce z české rodiny emigrující do Jihoafrické republiky, Josefa Guruncze, který se po návratu do Čech stává hercem a zpěvákem Prague Shakespeare company. Po programu je vítána diskuse na dané téma s účinkujícími Josefem Gurunczem a Danielem Dobiášem.