

Úterý 1.10.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13,00 – 15,30

„Ruční vazba knih a notýsků“



Středa 2.10.

Stop zapomínání – II. Skupina

14,00 – 15,30

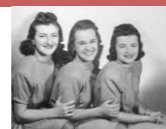
Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Čtvrtek 3.10.

„Doktor Swing a tři grácie“

14,30 – 16,00

Připomeneme si Arnošta Kavku a sestry Alanovy



Pondělí 7.10.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14,00 – 15,00 I. Skupina

15,10 – 16,10 II. Skupina

Úterý 8.10.

Stop zapomínání – I. Skupina

14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Úterý 8.10.

Kurz PC s Ing. Hubálkem

15,30 – 16,15 I. Skupina – začátečníci

16,15 – 17,00 II. Skupina – mírně pokročilí

17,00 – 17,45 III. Skupina – pokročilí

Čtvrtek 10.10.

„Systém terénní a lůžkové zdravotně - sociální péče

a nepojistných dávek“

14,30 – 16,00

Zaměříme se na rozdíly mezi zdravotnickou a sociální péčí, definujeme lůžkovou zdravotní péči a sociálně pobytové služby. Posluchači si v ní osvojí základní orientaci v podpůrných dávkách MPSV ČR. V závěru přednášky budou předány základní kontakty na poskytovatele zdravotně sociálních služeb daného regionu.

Přednáší: Monika Chábová

Pondělí 14.10.

Harmonizační cvičení s Mgr. H. Jelínkovou

14,00 – 15,00 I. Skupina

15,10 – 16,10 II. Skupina

Úterý 15.10.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13,00 – 15,30

„Ruční vazba knih a notýsků“



PROGRAM



ŘÍJEN 2019

Informace na uvedených kontaktech:

Koordinátor KSEC: Irena Simeonová

mob. tel.: 736 489 330

telefon-rezervace: 736 489 330

e-mail: ksec@psp6.cz

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

Úterý 15.10.

Stop zapomínání – II. Skupina - 14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Čtvrtek 17.10.

Cestování po Namibii s trénováním paměti

14,30 – 16,00



Krásná a nepoznaná Namibie na západním pobřeží Jižní Afriky je zemí, jež se pyšní dosud neporušeným přírodním bohatstvím. Pokud patříte mezi ty, kdo nikdy nenavštívili tuto úchvatnou zemi, nyní k tomu máte ideální příležitost a navíc si zábavnou formou procvičit paměť.

Přednáší: Mgr. Svobodová

Pondělí 21.10.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14,00 – 15,00 I. Skupina

15,10 – 16,10 II. Skupina

Úterý 22.10.

Stop zapomínání – I. Skupina

14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Úterý 22.10.

Kurz PC s Ing. Hubálkem

15,30 – 16,15 I. Skupina – začátečníci

16,15 – 17,00 II. Skupina – mírně pokročilí

17,00 – 17,45 III. Skupina – pokročilí



Středa 23.10.

Toulky Prahou s Ing. Olgou Tichou 14,00 – 16,00

Procházka po Babě od kostela sv. Matěje po zříceninu na Babě.

Sraz: autobus 131, zastávka u Matěje ve 14,00 na straně u samoobsluhy

Čtvrtek 24.10.

„Bylinky a koření – vaše zdraví zocelí“ 14,30 – 16,00

Říší bylinek nás provede Marie Nováková

Úterý 29.10.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou 13,00 – 15,30

„Ruční vazba knih a notýsků“

Úterý 29.10.

Stop zapomínání – II. Skupina 14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



Čtvrtek 31.10.

Posezení s harmonikou – s dědou a vnukem 14,30 – 16,00

Bohuslavové Ježkové, kteří zahrají všechny žánry od vážné přes populární muziku, ale i dechovku nebo lidové a taneční písně.

Výhled na listopad:

Setkání s kaplanem ÚVN Praha 6 s mjr. Janem Blažkem - kytara