

**Pondělí 4.4.**

*Cvičení pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou*

14,00 – 14,45 I. skupina  
15,00 – 15,45 II. skupina

**Úterý 5.4.**

*Stop zapomínání*  
14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 6.4.**

*Kurz PC s Ing. Petrem Weigem*  
15,00 – 15,45 I. skupina

16,00 – 16,45 II. skupina + procvičování

**Čtvrtek 7.4.**



*Svatojanská pouť*  
*Pobřežní portugalská cesta*  
14,30 – 16,00



Nezapomenutelný zážitek a tak trochu zvláštní dovolená...  
Putovat sama pěšky 260km z Porta do Santiago de Compostela.

**Přednáší:** JUDr. Lucie Trnková



**Pondělí 11.4.**

*Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou*

14,00 – 14,45 I. skupina  
15,00 – 15,45 II. skupina

**Úterý 12.4.**



*Výtvarný ateliér s Mga. Zuzanou Valenovou*  
13,30 – 15,30

Dekorační zápichy z vyfouknutých vajčků



**Úterý 12.4.**

*Stop zapomínání*  
14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 13.4.**

*Zasadíme darovaný stromček od dětí MŠ Čínská do naší zahrady*

10,00 – 11,00

Všichni obyvatelé domu Šlejnická jste zváni do zahrady. Zasadíme s dětmi smrček, pobavíme se a s dětmi si zazpíváme.



## PROGRAM



## DUBEN 2022

**Informace na uvedených kontaktech:**

Koordinátor KSEC: Irena Simeonová

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**

**KČ Šlejnická**

komunitní seniorské centrum

Pečovatelská služba Prahy 6  
DPS Šlejnická 5, Praha 6

**Čtvrtek 14.4.**

*Veselé předvelikonoční zpívání s harmonikou s dědou a vnukem*

*Bohuslavem Ježkem*  
14,30 – 16,00



**Úterý 19.4.**

*Stop zapomínání*  
14,00 – 15,30

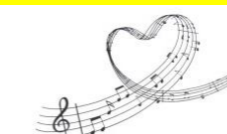
Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 20.4.**

*Kurz PC s Ing. Petrem Weigem*  
15,00 – 15,45 I. skupina

16,00 – 16,45 II. skupina + procvičování

**Čtvrtek 21.4.**



14,30 – 16,00

*Jan Vízner a Helena Krupová*

Vám v pořadu plném humorného mudrování sestavili výběr českých i světových šlágrů poválečných let, které si také rádi zazpíváte. A ještě jedno překvapení. Do výčtu hudebních nástrojů Jan Vízner tentokrát zařadí saxofon.



**Pondělí 25.4.**

*Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou*

14,00 – 14,45 I. skupina  
15,00 – 15,45 II. skupina

**Úterý 26.4.**

*Výtvarný ateliér s Mga. Zuzanou Valenovou*

13,30 – 15,30

Jarní aranžmá z papírových květin



**Úterý 26.4.**

*Stop zapomínání*  
14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



**Čtvrtek 28.4.**

*Španělské inspirace v hudbě*

14,30 – 16,00  
Dejvické trio



**Hrají:** Dominika Trávníček – viola

Monika Heriánová – flétna

Ludmila Juránková – klavír



**Výhled na květen:**

Cestování s hendikepem aneb „Nic není nemožné“

**NIC NENÍ  
NEMOŽNÉ**