

**Středa 1.6.**

*Kurz PC s Ing. Petrem Weigem*  
15,00 – 16,00 I. skupina – začátečníci  
16,00 – 17,00 II. skupina – pokročilí + procvičování

**Čtvrtek 2.6.**

*Rota Vincentina – Fisherman's Trail*  
*... jihuzápad Portugalska*  
14,30 – 16,00

**Přednáší:** JUDr. Lucie Trnková  
Trekking přes útesy Atlantického oceánu

**Pondělí 6.6.**

*Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou*  
14,00 – 15,00 I. skupina  
15,00 – 16,00 II. skupina

**Úterý 7.6.**

*Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou*  
Vyšívání textilní brože 13,30 – 16,00

**Úterý 7.6.**

*Stop zapomínání 14,00 – 15,30*  
Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 8.6.**

*Psí čtení 10,15 – 11,15*

Mezigenerační setkání dětí a seniorů ve spolupráci KSEC Šlejnická, MŠ Čínská a organizací Spolu Tudy, z.ú. Akce se koná s finanční podporou MHMP z programu na podporu vzdělávání na území hl. města Prahy.

Psí čtení je program o bezpečné interakci člověka se psem, podložený knihou pro děti, kterou mohou číst společně se seniory. Děti se učí porozumět psí řeči, zkoušejí různé psí role a také jak správně pečovat o psa. Probíhá i canisterapie vedená psovodem a ukázky psích agility.

**Účastní se:** 2 canisterapeutické týmy – psovodi se svými psy, asistenti, čtecí babičky a lektorka – animátorka

**Čtvrtek 9.6.**

*Cestování po afrických a řeckých ostrovech s trénováním paměti*  
14,30 – 16,00

**Přednáší:** Libuše Procházková, Celesta Praha, z.ú.

**Pondělí 13.6.**

*Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou*  
14,00 – 15,00 I. skupina  
15,00 – 16,00 II. skupina

**Úterý 14.6.**

*Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou*  
13,30 – 16,00  
Vyšívání textilní brože

## PROGRAM



## ČERVEN 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**

**KOŠlejnická**  
komunitní seniorské centrum

Pečovatelská služba Prahy 6  
DPS Šlejnická 5, Praha 6

**Úterý 14.6.**

*Stop zapomínání 14,00 – 15,30*  
Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Čtvrtek 16.6.**

*Ostrov svobody – Kuba 14,30 – 16,00*  
Cestovatelská přednáška Saši Ryvolové  
Nahlédnutí do země Che Guevary i Ernesta Hemingwaye. Okázalá koloniální sídla i zchátralé paláce Havany, průzračné moře v kontrastu s chudinskými čtvrtěmi, tabákové plantáže a úchvatná příroda. Země revoluce, rumu a žhavých rytů.

**Pondělí 20.6.**

*Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou*  
14,00 – 15,00 I. skupina  
15,00 – 16,00 II. skupina

**Úterý 21.6.**

*Stop zapomínání*  
14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Pondělí 27.6.**

*Cvičení na židlích s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou*  
14,00 – 15,00 I. skupina  
15,00 – 16,00 II. skupina

**Úterý 28.6.**

*Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou*  
13,30 – 16,00

Závěsy na květináče z makramé

**Úterý 28.6.**

*Stop zapomínání*  
14,00 – 15,30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 29.6.**

*Kurz PC s Ing. Petrem Weigem*  
15,00 – 16,00 I. skupina – začátečníci  
16,00 – 17,00 II. skupina – pokročilí + procvičování

**Čtvrtek 30.6.**

*Bezpečnost seniorů v silničním provozu*

Divadelní přednáška 14,30 – 16,00

Představení je zaměřeno na bezpečnost seniorů v silničním provozu, při řízení automobilu, jízdě na kole, ale také upozorňuje na bezpečné chování chodců při přecházení ulice, v městských dopravních prostředcích atd.

**Krásné prázdniny! Na shledanou v ZÁŘÍ**