

Pondělí 9.10.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 10.10.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Čtvrtek 12.10.

Virtuální realita od Czech VR Agency s.r.o.

13:00

Za účasti zástupců MČ Praha 6.

Prosím přihlaste se. Počet účastníků je omezen.



Pondělí 16.10.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 17.10.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Tvorba textilních šperků – příprava na výstavu



Úterý 17.10.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 18.10.

PC kurz s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 skupina DPS Šlejnická + začátečníci z Prahy 6

16:00 – 17:00 pokročilí

Čtvrtek 19.10.

Jindřich Kraus – Písničky z klobouku

14:30 – 16:00

Obsahuje veselé vyprávění, soutěže a hudební tombolu. Ta obsahuje písně známé, lidové, country, trampské a autorské. Diváci budou losovat z klobouku a tak si sami sestaví program.



PROGRAM



ŘÍJEN 2023

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

Pondělí 23.10.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 24.10.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



Středa 25.10.

Hrajeme Scrabble

14:00 – 16:00

Čtvrtek 26.10.

Melodie věčně zelené

14:30 – 16:00

Zpěv a klávesy: Michal Kotas

Tanec: Alice Laucenová



Pondělí 30.10.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 31.10.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Příprava vánočních figurek do betlému



Úterý 31.10.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Výhled na listopad:

Komentovaná prohlídka Residence primátora hl. města Prahy

