

Středa 1.11.



PC kurz s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 začátečníci

16:00 – 17:00 pokročilí



Čtvrtek 2.11.

Sen o Papue a Nové Guineji 14:30 – 16:00

Cestovatelská přednáška RNDr. Karla Wolfa

Ostrovní stát PNG obývá přes 800 kmenů a každý hovoří jiným jazykem.

Dříve praktikovali kanibalismus, dnes hluboko v horách ještě přetrvává

mumifikování zemřelých. Krokodýlí muži žijí podél řeky Sepik, lidé

v maskách zase v centrální vysočině. Miliony barev zažijete jen na

papuánských festivalech.



Pondělí 6.11.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 7.11.

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

Příprava vánočních figurek do betlému – příprava na výstavu

Úterý 7.11.

Stop zapomínání – II. skupina 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



Středa 8.11.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00

Čtvrtek 9.11.

Jak na chytrý telefon a tablet – pokračování semináře 14:30 – 16:00

Přednáší: Ing. Tomáš Hubálek

Za podpory organizace Moudrá Sovička, z.s. ve spolupráci s KSEC

Šlejnická pokračujeme v semináři pro seniory, kteří se chtějí naučit a

bezpečně ovládat dotykové zařízení (nastavení telefonu, volání, psaní

sms, focení, posílání fotek a vyhledávání na internetu a na mapě).

Na seminář si prosím doneste svůj chytrý telefon nebo tablet, dostatečně

nabitý.



Pondělí 13.11.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 14.11.

Stop zapomínání – I. skupina 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



Středa 15.11.

Toulky Prahou s Ing. Olgou Tichou

Komentovaná prohlídka Rezidence primátora Prahy 14:00 – 16:00

Sraz: 13:45 Městská knihovna, Mariánské náměstí



PROGRAM



LISTOPAD 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

Čtvrtek 16.11.

Jak na chytrý telefon a tablet – pokračování semináře 14:30 – 16:00

Přednáší: Ing. Tomáš Hubálek

Za podpory organizace Moudrá Sovička, z.s. ve spolupráci s KSEC

Šlejnická pokračujeme v semináři pro seniory, kteří se chtějí naučit a

bezpečně ovládat dotykové zařízení (nastavení telefonu, volání, psaní

sms, focení, posílání fotek a vyhledávání na internetu a na mapě).

Na seminář si prosím doneste svůj chytrý telefon nebo tablet,

dostatečně nabitý.



Pondělí 20.11.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 21.11.

Stop zapomínání – II. skupina 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 22.11.

PC kurz s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 začátečníci z Prahy 6

16:00 – 17:00 pokročilí



Čtvrtek 23.11.

Kaplan ÚVN – Tomáš Mlýnek 14:30 – 16:00

Každý má právo si službu duchovního vyžádat, přijmout či odmítnout. Co

je cílem služby kaplana, co je kaplanská služba, co nabízí a komu? Co je

jeho nástrojem, slouží určité církvi? Mnoho dalších otázek můžete položit

a povídat si s Mjr. Mgr. Tomášem Mlýnkem, kaplanem ÚVN Praha.

Pondělí 27.11.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 28.11.

Stop zapomínání – I. skupina 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Úterý 28.11.

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

Příprava vánočních figurek do betlému – příprava na výstavu

Středa 29.11.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00

Čtvrtek 30.11.

Jan Vízner a Helena Krupová 14:30 – 16:00

Adventní hodinka rozjímání, humoru a muziky

Výhled na prosinec

Vánoční koncert ve složení housle a kontrabas,

Miloš Černý a Eva Šašínková

