

Pondělí 5.2.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 6.2.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 7.2.

Kurz PC s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 I. skupina - začátečníci

16:00 – 17:00 II. skupina - pokročilí a procvičování I. skupiny

Čtvrtek 8.2.

Setkání s představiteli Velvyslanectví Spojených států mexických

a představiteli MČ Praha 6

Povídání se spisovatelkou Laurou Elenou Rodriguezovou

o Spojených státech mexických

14:30 – 16:00



Řekne-li se Mexiko, vybavíme si mayské pyramidy, kostelíky se dvěma zvonice, sombrero, ... Budeme si povídat o lidech, přírodním bohatství, krásě jezer a řek i o tradicích. Budeme si povídat o fascinující zemi, kterou je Mexiko.

Pondělí 12.2.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 13.2.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Šijeme panenky z ponožek



Úterý 13.2.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 14.2.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00

Čtvrtek 15.2.

Jak se starat o sluch

14:30 – 16:00

Přednáší: Bc. Boštíková, specialista ÚVN Praha 6

Náplň přednášky: péče o uši, péče o sluch, co dělat, když špatně slyším, kdy navštívit lékaře, péče o sluchadla



PROGRAM



ÚNOR 2024

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 19.2.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 20.2.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 21.2.

Kurz PC s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 I. skupina - začátečníci

16:00 – 17:00 II. skupina - pokročilí a procvičování I. skupiny

Čtvrtek 22.2.

Jarní očista organismu pomocí bylinek

14:30 – 16:00

Přednáší: Marie Nováková



Pondělí 26.2.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 27.2.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Pleteme králíčky



Úterý 27.2.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:00

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

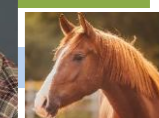
Středa 28.2.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00

Čtvrtek 29.2.

Jak šel život 14:30 – 16:00

Vyprávění s Václavem Vydrou, divadelním, televizním a filmovým hercem, dabérem, bavičem a průkopníkem přirozeného chovu koní.



Výhled na březem

