

Čtvrtek 2.1.

Návštěva betlémů v kostele Panny Marie Matky

Nerudova 22, Praha 1 – minibusem

Přistavení minibusu: DPS Šlejnická – 15:00 hod.

Sraz: DPS Šlejnická – 14:45 hod.

Návrat: cca 17:00 hod.

Pouze na přihlášení



Pondělí 6.1.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 7.1.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Tiskneme Ex libris



Úterý 7.1.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 8.1.

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 9.1.

Kapela RETRIO

14:30 – 16:00

Trio (violoncello a dvě kytary) zaměřené na české i anglické „oldies“ písně ve vícehlasých úpravách.



Pondělí 13.1.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 14.1.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 15.1.

Hrajeme Scrabble

14:00 – 16:00

Čtvrtek 16.1.

Tmavomodrý svět Jaroslava Ježka

14:30 – 16:00

Helena Krupová a Jan Vízner v hudebně zábavném programu



PROGRAM



LEDEN 2025

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 20.1.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 21.1.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Pokračujeme v tisku Ex libris



Úterý 21.1.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 22.1.

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 23.1.

Servis Jaroslava Paura

Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR

14:30 – 16:00

Opět mezi nás zavítá pan Paur a v určeném čase

Vám poradí, vyčistí, případně opraví Vaše sluchadla.



Pondělí 27.1.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 28.1.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 29.1.

Hrajeme Scrabble

14:00 – 16:00



Čtvrtek 30.1.

Stáří očima pečujících

14:30 – 16:00

Přednáší: Bc. Milena Plachá Hurychová, DiS., zdravotně sociální pracovník ÚVN Praha 6

Praktické rady jak ve spolupráci s pomáhajícími profesemi bojovat s nástrahami stáří nejen v domácím prostředí. Komunikace a porozumění okolí nemusí být nutně překážkou, pokud si osvojíme několik základních pravidel.

Výhled na únor

Klavírní písňový koncert – Petra Bálková

