

Pondělí 3.2.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 4.2.

Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Pokračujeme v tisku Ex libris



Úterý 4.2.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 5.2.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00



Čtvrtek 6.2.

Klavírní písničkový koncert

14:30 – 16:00

Ve spolupráci s Post Bellum, z. ú.

Do repertoáru bude začleněna tvorba Ing. Zdeňka Hubáčka, v interpretaci klavíristky, herečky a hudebnice Petry Bílkové.

Pondělí 10.2.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 11.2.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 12.2.

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 13.2.

Víly zimy – balerína Bianca Larum

14:30 – 16:00

Nabijte se radostnou energií a relaxací s překrásným a unikátním arteterapeutickým hudebně tanečním pořadem s Andreou Biancou Dobrodinskou.

Pondělí 17.2.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

PROGRAM



ÚNOR 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

Úterý 18.2.



Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Vytváříme brože ze zipů



Úterý 18.2.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 19.2.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00

Čtvrtek 20.2.

Panoramatická komentovaná vycházka s Ing. Olgou Tichou

14:00 – 16:00

Sraz: zastávka tramvaje „Malostranské náměstí“, 14:00 hod.



Podél Vltavy po Smíchovském nábřeží od Kampy po Železniční most

Pondělí 24.2.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 25.2.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 26.2.

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 27.2.



Příroda kolem nás

14:30 – 16:00



Manželé Kolomazníkoví – Penthea, záchraná stanice
Uslyšíte a uvidíte zvířata žijící ve městě, která dnes patří nejbohatšímu prostředí vůbec. Praha je na druhém místě v počtu živočišných druhů mezi kraji. Uvidíte nejen zajímavá videa, ale také tvory – velkého

pavouka, žábu, hada, dravce a ježka.



Výhled na březen

Koncert: Miloš Černý a Eva Šašínková

housle a kontrabas

