

Středa 1.10.

Kurz PC s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 Začátečníci

16:00 – 17:00 Pokročilí



Čtvrtek 2.10.

Jak na chytrý telefon a tablet

14:30 – 16:00

Pořádá nezisková organizace Moudrá sovička. Je Vám 65 a více let? Naučíme Vás jak správně ovládat tablet a chytrý telefon a jak se bezpečně pohybovat na internetu. Seminář pro 10 - 15 zájemců, kteří si přinesou vlastní a dostatečně nabitý telefon nebo tablet.

Pondělí 6.10.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 7.10.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 8.10.

Hrajeme Scrabble

14:00 – 16:00

Čtvrtek 9.10.



Kouzelné víly

14:30 – 16:00

Tančí a zpívá: Bianca Larum, balerína Seagull

Arteterapeutický interaktivní baletní program pro seniory, složený z veselých baletních a pěveckých čísel v krásných kostýmech.



Pondělí 13.10.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 14.10.

Výtvarný ateliér s Mgr. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Dýňová dekorace z ponožek

Úterý 14.10.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 15.10.

Kurz PC s Ing. Petrem Weigem

15:00 – 16:00 Začátečníci

16:00 – 17:00 Pokročilí



PROGRAM



ŘÍJEN 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

Čtvrtek 16.10.

Nežil jsem jenom život Karla Gotta

14:30 – 16:00

Vypráví a vzpomíná JUDr. Jan Adam,
dlouholetý spolupracovník Karla Gotta.



Pondělí 20.10.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 21.10.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Středa 22.10.

Vycházka s Ing. Petrem Weigem

14:00 – 16:00

Nový Karlín, kostel Cyrila a Metoděje, lávkou přes Vltavu
a dál budeme pokračovat volnou procházkou.



Sraz: Před kostelem Cyrila a Metoděje v Karlíně ve 14:00 hod, nejbližší
tramvajová zastávka Karlínské náměstí

Čtvrtek 23.10.

Hrajeme Scrabble

14:00 – 16:00



Pondělí 27.10.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Středa 29.10.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 15:30

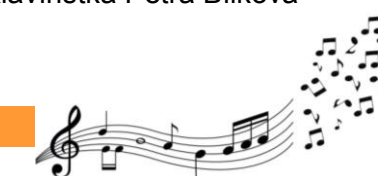
Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Čtvrtek 30.10.

Písňe s příběhem

14:30 – 16:00

Hraje a zpívá, svoje i jiné písňe, herečka a klavíristka Petra Bílková



Výhled na listopad

Klasax

Soprán, alt, tenor a baryton – čtyři různé saxofony a za nimi stojí: Iva,
Vendula, Nelly a Vláda

