

Pondělí 4.5.

Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 5.5.

Hrajeme Scrabble

14:00 – 16:00

Středa 6.5.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 16:00

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Čtvrtek 7.5.

Zpívej ó múzo 14:30 – 16:00

Flétna: Monika Herianová

Viola: Dominik Trávníček

Klavír: Linda Juránková

Hudební program v duchu jarní nálady a krásných melodií, v němž ženská tvorba napříč stoletími rozezná svou originalitu, citlivost a sílu. Můžete se těšit na známé i méně známé ženské skladatelky a jejich hudbu.

Pondělí 11.5.

Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 12.5.

Výtvarný ateliér s Mgr. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Vyrábíme textilního broučka

Úterý 12.5.

Kurz PC s Mgr. Martinou Hodonickou

15:00 – 16:00 začátečníci

16:00 – 17:00 pokročilí

Středa 13.5.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 16:00

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

Čtvrtek 14.5.

Melodie věčně zelené s Michalem Kotasem

14:30 – 16:00

Pondělí 18.5.

Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

Úterý 19.5.

Hrajeme Scrabble 14:00 – 16:00

PROGRAM



KVĚTEN 2026

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 Praha 6
DPS Šlejnická 5, Praha 6

Středa 20.5.

Stop zapomínání – I. skupina

14:00 – 16:00

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



Čtvrtek 21.5.

Akutní stavy v kardiologii

14:30

Přednáší: Mgr. Jana Brindová, staniční sestra kardiologického odd. ÚVN Praha

Akutní stavy v kardiologii jsou náhlé a často život ohrožující situace.

Přednáška srozumitelně vysvětlí základní funkce srdce, nejčastější

srdeční potíže a jejich typické příznaky. Dále nabídne praktické rady, jak v případě potíží správně zareagovat.

Pondělí 25.5.

Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina



Úterý 26.5.

Výtvarný ateliér s Mgr. Zuzanou Valenovou

13:30 – 16:00

Vyrábíme textilního broučka



Úterý 26.5.

Kurz PC s Mgr. Martinou Hodonickou

15:00 – 16:00 začátečníci

16:00 – 17:00 pokročilí

Středa 27.5.

Odpoledne s terapeutickými koníky

Hermínou a Juráškem

14:30 – 16:00



Na zahradě DPS Šlejnická si pohovoříme o koních s manželi Pišlovými. Máte možnost koníky pohladit, pomazlit se s nimi a také nakrmit. Mají rádi mrkvičku, nepohrdnou rohlíkem nebo chlebem. Odvážní se mohou také povozit.

Čtvrtek 28.5.

Stop zapomínání – II. skupina

14:00 – 16:00

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou



Výhled na červen

Stále trvá možnost přihlásit se na trénování paměti.

Adresa: Dům s pečovatelskou službou Praha 6 – Liboc, U Stanice 5.

Každé úterý v měsíci od 9:00 hod.

Kontakt: 736 489 330