

OÚSS - Program „Senior klubu“
Taussigova ul. 1172/1, 1. patro č. 21
Leden 2018

Pondělí a středa od 13 hod. Přijďte v tyto dny, kdykoliv se Vám to časově hodí.

3. 1. středa - *Volná herna (hrajeme společenské hry dle výběru. Od 15hod. - cvičíme „Aby záda nebolela“. Přijďte si zacvičit s lektorkou Seniorfitnessu pí. Ing. I. Osvaldovou.*

8. 1. pondělí - *Z archívu. Po stopách vynikajícího herce Václava Vosky. Od 15hod. - cvičení na židlích s Irenkou.*

10. 1. středa - *Zpíváme a hrajeme na lidovou notu. Kdo rád zpívá nebo hraje na nějaký hudební nástroj, jste srdečně zváni, přijďte mezi nás, kde si společně v našem souboru zazpíváme a zahrajeme.*

15. 1. pondělí - *Stop zapomínání - paměťová cvičení. Od 15hod. - cvičíme „Aby záda nebolela“. Přijďte si zacvičit s lektorkou Seniorfitnessu pí. Ing. I. Osvaldovou.*

17. 1. středa - *„Se špatnou náladou se stárne velmi rychle“. Nadační fond Lepší senior. Přednáška na téma „Kladný přístup k životu“.*

22. 1. pondělí - *Hrajeme BINGO. Přijďte se pobavit. Bingo je oblíbená společenská hra. Pravidla jsou jednoduchá. Od 15hod. - cvičení na židlích s Irenkou.*

24. 1. středa - *Mezigenerační setkání - navštíví nás děti z mateřské školky v rámci projektu „Mezi námi“.*

29. 1. pondělí - *Od 15 hod. cvičíme „Aby záda nebolela“. Přijďte si zacvičit s lektorkou Seniorfitnessu pí. Ing. I. Osvaldovou*

31. 1. středa - *Hrajeme společenské hry. Přijďte se pobavit.*

Kdo má zájem seznámit se s počítačem, naučit se vyhledávat potřebné nebo zajímavé věci na internetu, anebo komunikovat i s ostatními pomocí e-mailu, přijďte, poradíme a pomůžeme vám i při „prvních krůčcích“. K počítači, internetu a zápůjčce knih z naší knihovny je volný přístup po celou provozní dobu klubu.

*Informace u ved. klubu : Dušan Luczy - mob.732 710 656,
e-mail: klubtaussigova@seznam.cz*