

Klub seniorů ZÁŘÍ 2016



Každou středu 9 – 12 hod., 13 – 16 hod.

7. září 2016

9 – 12 hod.

Pletení a háčkování

Máte rádi(y) ruční práce? Přijďte mezi nás vyměnit si své zkušenosti a dát své zálibě smysl. Tvoříme na druhý ročník akce Upletená radost.

13 – 16 hod.

Těšínský pramen

Vycházka, odjezd autobusem č. 4 z nádraží ve 14:10 (případně můžete přistoupit po trase), více na letáku.

14. září 2016

9 – 12 hod.

Dopoledne s Ledaxem

Co je příspěvek na péči, kdy a kde o něj žádat a jak celý proces probíhá nám přijde vysvětlit Mgr. Katka Lišková, sociální pracovnice.

13 – 16 hod.

Cvičení pro radost a zdraví

Jednoduché cviky, které můžete cvičit i doma v obýváku, nám přijde ukázat Ing. Adriána Kašparová. Pokud možno s sebou karimatku a menší tvrdý míček.

21. září 2016

9 – 12 hod.

Rukodělné dopoledne

Tentokrát si vyrobíme lapač snů. Materiál bude k dispozici.

13 – 16 hod.

Hrátky s pamětí

Zábavné i poučné trénování paměti s Mgr. Markétou Drdovou.

28. září 2016

9 – 12 hod.

13 – 16 hod.

Státní svátek, zavřeno

Všechny seniory srdečně zveme a těšíme se na společné setkání!

Vstup volný

Více informací na www.ledax.cz