

PROGRAM NA ŘÍJEN 2018

Vážení senioři všech věkových skupin, pohlaví a zájmů, zveme Vás kromě účasti na akcích v klubovně Bzenecká 19 (začátky v 15.00, otevřena od 14,30) – viz program níže – i k zapojení se do pravidelných činností:

- v **pondělí** (14.00 - 15.30) **cvičení pro seniory** ve Společenském sále v OC 2 (nad Albertem) s podporou KVIC – vstup zdarma, přezůvky s sebou – kromě rozhýbání těla se i dobře naladíte ☺;
- ve **čtvrtek** (od 8.00 a 9.45, vždy 90 minut) **konverzační kurz angličtiny** pro seniory (s možností zapojit se kdykoli v průběhu roku) v malé klubovně;
- v **pátek** (14.00 - 16.00, mimo školní prázdniny) **kurz PC pro seniory** (začátečníky) v ZŠ Mutěnická – účast i případné konzultace zdarma ☺.

2. Út **NEAUTORSKÉ ČTENÍ – LUDVÍK AŠKENAZY**

Mgr. Hanka Žaludová

4. Čt **VÁCLAV KAPRÁL a VÍTĚZSLAVA KAPRÁLOVÁ**

Mgr. Petr Škranc (povídání s poslechem)

9. Út **KRÁSY NAŠÍ VLASTI (pokračování, s promítáním)**

Eliška Vacková

11. Čt **MANŽELKY ČESKOSLOVENSKÝCH PREZIDENTŮ (závěr)**

PhDr. Jiří Čejka

16. Út **PÉČE O OČI (pokračování)**

MUDr. Miriam Ruberová

18. Čt **BLAHOPŘÁNÍ JUBILANTŮM, NAROZENÝM V ŘÍJNU**

Ing. L.Hodobod' a tým spolupracovníků

20. So **RUČNÍ PRÁCE – PATCHWORK (klubovna – od 13 hodin)**

Renata Spurná

23. Út **ČESKÉ HRADY (Mnichovo Hradiště, Mrač, Náchod, Nelahozeves)**

Dr. Luděk Šubert

24. St **EXKURZE – STUDIUM ČT LÍŠEŇ (09.00 a 10.00, vstupné zdarma)**

Vlasta Jelínková

25. Čt **MALKOL (zdravotnické pomůcky – informace, novinky)**

M. Pokorová, P. Kráčmarová

30. Út **VZPOMÍNKY NA ČESKOSLOVENSKO (100 let)**

Mgr. Lukáš Karnet



Naše motto:

- blíží se zima – je třeba pečovat nejen o zdraví, ale i o duši ... ☺