

Služby v Seniorcentru , pátek 5.4.,12.4 ,26.4.,3.5.,10.5., 24.5., 31.5. od 14.15 – 16.00 hod.;

Služba není 19.4: Blešák a 17.5. : Podhájská

Pravidelná cvičení v pátky:

Od od 08.30-09.30 hod. zdravotní cvičení , A. Trčková

Od od 10.00-11.00 hod. joga , P. Navrátilová, kapacita sálu naplněna

Od od 17.00-18.00 hod. joga , J. Winklerová

Sociální poradenství: malá klubovna 26.4. 31.5., 21.6. 14,30-15,45 hod.

Mgr. Iva Razsdíková DiS.BA.

Duben:

5.4.2024 14-16.00 hod. Klubovna Seniorcentra: Setkání s vizážistkou Katkou Ondruškovou

K. Ondrušková nás seznámí s tím, jak o sebe správně pečovat a líbit se i samy sobě

Provede ukázkou mini líčení

Následovat bude diskuze a odpovědi na vaše otázky k danému tématu

Vstupné: 25 Kč

12.4.2024 14-16.00 hodin klubovna Seniorcentra: posezení u kávy

14.00-15.30 hodin klubovna č. 205: Trénink paměti, max 12 osob;

zájemci hlase se na 724118258 Žabenská, v případě zájmu zařadíme trenink znova!

19.-20.4.2024 Společenský dům: Blešák aneb Pošli to dál!

Budeme potřebovat pomoc /příjem věcí a jejich třídění a umíst'ování, dozor a

obsluha, závěrečné balení/ hlase se na tel. A. Vašutové 739072043

a M. Žabenské 724118258

26.4.2024 14-16.00 hodin, klubovna Seniorcentra – knižní klub

Květen:

3.5.2024 14-16.00 hod. Klubovna seniorcentra přednáška na téma

Jak můžu rozkvést ?? nebo-li květen? Vykvetem! s paní B. Štůskovou

10.5.2024 14-16.00 hod. pokračování na téma květen?? Vykvetem! V případě hezkého

počasí proběhne akce v parku

14.-19.5.2024 Podhájská, volných je ještě pár míst !!

zájemci hlase se paní Marii Pekárkové 728263522

24.5.2024 posezení u kávy , klubovna Seniorcentra

31.5.2024 knižní klub, klubovna Seniorcentra

Červen:

21.-22.6.2024 Dny města

Náš Spolek žen byl přizván ke spoluúčasti na programu Dnů města, podrobnosti budou ještě zaslány. Předběžně: v pátek 21.6.proběhne v parku stůl pro nás i pro veřejnost a v sobotu 21.6.2024 si zopakujeme na arkádě Společenského domu Valašskou apatyku. Proto všechny sbírejme, sušme, macerujme bylinky atd., dobré nápady vítány!!

