

# *OÚSS Praha 8 - Program „Senior klubu“*

*Taussigova ul. 1172/1, 1. patro č. 21*

## **ZÁŘÍ 2017**

*Pondělí a středa od 13 hod.*

*Přijďte v tyto dny,  
kdykoliv se Vám to časově hodí.*

---

**4. 9. Pondělí** - *Prázdninové zážitky (povídání o prázdninách)  
od 15h. cvičení na židlích s Ing. Irenkou Jurčovou*

**6. 9. Středa** - *Hrajeme BINGO. Přijďte si zahrát oblíbenou společenskou hru.*

**11. 9. Pondělí** - **Trénink paměti.** *Trénink je užitečnou prevencí proti přirozenému zhoršování paměti, které přichází s věkem.*

**13. 9. 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.*

---

**18. 9. Pondělí** - **Cvičení na židlích „Seniorfitnes“**  
*cvičíme s Ing. I. Jurčovou*

**20. 9. Středa** - *„Klub filmového diváka“ promítáme film dle výběru.*

---

**25. 9. Pondělí** - **Oblíbené hudební odpoledne písní a mluveného slova.**

*Hraje, zpívá a vypráví p. Mgr. Václav Vomáčka na téma:*

**„Písničky od vody a táboráku“**

**27. 9. Středa** - **Hrajeme B I N G O.** *Přijďte si zahrát oblíbenou společenskou hru.*

*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: ved. klubu: D. Luczy - mob. 732 710 656,*

*e-mail: klubtaussigova@seznam.cz*

