

**Úterý 1.11.**

**Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou**

13:30 – 16:00 Tvoříme látkový betlém

**Úterý 1.11.**

**Stop zapomínání – II. skupina** 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 2.11.**

**Cestování s pamětí**

**Pražské památky jak je (ne)znáte?** 14,30 – 16,00

Pokud si myslíte, že znáte dobře naši metropoli, tak se nejspíš mýlíte. Někteří Pražané jsou přesvědčeni, že už je z pražské architektury nemůže nic překvapit. Zveme vás proto k jejich netradičnímu objevování, na jehož konci si můžete zábavnou formou procvičit paměť.

**Čtvrtek 3.11.**

**Hrajeme Scrabble** 14,00 – 16,00

**Pondělí 7.11.**

**Cvičení na židlích pro zdravá záda s Mgr. Hanou Jelínkovou**

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

**Úterý 8.11.**

**Stop zapomínání – I. skupina** 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Úterý 8.11.**

**Kurz PC s Ing. Petrem Weigem**

15:00 – 16:00 I. skupina – začátečníci

16:00 – 17:00 II. skupina – pokročilí a procvičování I. skupiny

**Čtvrtek 10.11.**

**Zapomenutý svět Venezuely**

**Cestovatelská přednáška RNDr. Karla Wolfa** 14,30 – 16,00

Doba zlaté a levné Venezuely je již pryč, černý kurz dolaru a venezuelského bolívaru je také minulostí, ale divoká příroda stolových hor a delty Orinoko je stále na svých místech.

**Pondělí 14.11.**

**Harmonizační cvičení s Mgr. Hanou Jelínkovou**

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

**Úterý 15.11.**

**Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou**

13:30 – 16:00 Tvoříme látkový betlém

**Úterý 15.11.**

**Stop zapomínání – II. skupina** 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

# PROGRAM



## LISTOPAD 2022

**Informace na uvedených kontaktech:**

Koordinátor KSEC: Irena Simeonová

Telefon/rezervace: 736 489 330

E-mail: ksec@psp6.cz

**NA VŠECHNY AKTIVITY  
JE NUTNÁ REZERVACE  
NA VÝŠE UVEDENÉM KONTAKTU**

**AKTIVITY JSOU ZDARMA A JSOU URČENY  
SENIORŮM PRAHY 6**

**KOŠlejnická**

komunitní seniorské centrum

Pečovatelská služba Prahy 6  
DPS Šlejnická 5, Praha 6

**Středa 16.11.**

**Hrajeme Scrabble** 14,00 – 16,00

**Pondělí 21.11.**

**Cvičení na židlích na podporu stability s Mgr. Hanou Jelínkovou**

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

**Úterý 22.11.**

**Stop zapomínání – I. skupina** 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Úterý 22.11.**

**Kurz PC s Ing. Petrem Weigem**

15:00 – 16:00 I. skupina – začátečníci

16:00 – 17:00 II. skupina – pokročilí a procvičování I. skupiny

**Čtvrtek 24.11.**

**Toulky Prahou s Ing. Olgou Tichou** 14,00–16,00

Galerie Kooperativy, ul. Pobřežní 21, Praha 8 - Budova Main Point v Karlíně, zvítězila mezi víc než stovkou projektů ze 47 zemí světa a dokazuje, že pozitivně může působit i budova plná kanceláří.

**Výstava: Kruhy na vodě** - Bez vody není života a bez života není umění

**Trasa:** Hradčanská: tramvaj č. 8 směr Karlínské nábř., asi 25 min.

**Sraz:** Karlínské nábř., ve 14:00 hod.

**Pondělí 28.11.**

**Cvičení s theraband gumou s Mgr. Hanou Jelínkovou**

14:00 – 15:00 I. skupina

15:00 – 16:00 II. skupina

**Úterý 29.11.**

**Výtvarný ateliér s MgA. Zuzanou Valenovou**

13:30 – 16:00 Tvoříme látkový betlém

**Úterý 29.11.**

**Stop zapomínání – II. skupina** 14:00 – 15:30

Paměťová cvičení s Irenou Simeonovou

**Středa 30.11.**

**Toulky Prahou s Ing. Petrem Weigem**

**Paradoxy v rozvoji Malé Strany** 14,00 – 16,00

Od Valdštejnské jízdárny, podél Vltavy na Kampu a vycházku zakončíme na Malostranském náměstí. Budeme si vyprávět kromě jiného o tajemném biskupském dvoře, jak je to s nesmrtností Karlova mostu a jaké temné události předcházely vzniku Kampy.

**Sraz:** Metro Malostranská, Valdštejnská jízdárna ve 14:00 hod.

**Výhled na prosinec**

**Poezie časů vánočních – koncert**

**Účinkují:** doc. Miloš Černý – housle, zpěv

Eva Šašinková, Ph.D. – kontrabas, zpěv

