



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Praha – pól růstu ČR

Komunitní centrum Praha 15 Program na LISTOPAD

Téma měsíce: Kdo je připraven není překvapen

9/11 14:30h

Místo: DPS Janovská

Přednáška: Lucemburkové

Přijďte si poslechnout zajímavé povídání paní Aleny Hudcové z cyklu o vzniku české státnosti.

20/11 14:00h

Místo: DPS Janovská

Workshop: Kurz první pomoci pro seniory

Srdečně Vás zveme na kurz první pomoci se zaměřením na seniory, který pořádáme k tématu měsíce „Kdo je připraven není překvapen“. Dozvíte se například jak reagovat, když se Vašemu blízkému přitíží a spoustu dalších důležitých informací.

Pravidelný program:

Tento program je vhodný pro lidi se sníženou pohyblivostí. Všechny naše kurzy jsou velmi dobré na procvičování jemné i hrubé motoriky.

Každé pondělí a úterý: od 13:30 – 14:00 zdravotní a dechové cvičení na židlích

Každé úterý: od 9:00 – 13:00 keramika

Každou středu a čtvrtek: od 9:00 – 10:00 trénink paměti

Každý pátek: od 10:00 - 11:30 pedigo, tvorba z papírových ruliček

Jednou za 14 dní deskové hry s dětmi ze ZŠ Veronské nám. nebo Bellova

Zájemci o jakoukoli aktivitu v komunitním centru, prosím, hlase se u Gábiny Chytré na telefonním čísle: 770 111 460



