

Září v Centru aktivní senior



Kurzy a přednášky, akce:

12. 9. Kurz počítačů a mobilních telefonů (vhodné pro začátečníky i pokročilé)

22. 9. Projížďka po rybníku Vajgar na dračích lodích,

začátek v 15:00, datum akce se může změnit dle počasí, bližší informace u pracovníků

24. 9. Poradna pro sluchově postižené Tábor, od 09:00 – 11:00

24. 9. Líčení a kosmetika pro seniory

26. 9. Kurz počítačů a mobilních telefonů (vhodné pro začátečníky i pokročilé)

Není-li uvedeno jinak, akce a přednášky probíhají v kanceláři Mesady od 13:30; kurz začíná ve 14:00

Pravidelné aktivity:

Pondělí 09:00 Kondiční cvičení - CAS Mesada, z. s., ulice Růžová 30, JH

13:30 Kondiční cvičení a trénink paměti – DPS Zákostelní nám. 31, JH

Úterý 09:00 Kondiční cvičení a trénink paměti (sudý týd.) – DPS U Nemocnice 61,

Tvoření (lichý týden) – DPS U Nemocnice 61, JH

Středa 09:00 Trénink paměti - CAS Mesada, z. s., ulice Růžová 30, JH

13:30 Deskové a karetní hry - CAS Mesada, z. s., ulice Růžová 30, JH

Čtvrtek 09:00 Tvoření – DPS Větrná 50, sídl. Hvězdárna, JH

13:30 Tvoření - CAS Mesada, z. s., ulice Růžová 30, JH

Pátek 09:00 Sportovní dopoledne – Diskgolf v Mertových sadech, dle počasí

13:30 Zpívání - CAS Mesada, z. s., ulice Růžová 30, JH

Adresa:

MESADA z. s., Centrum aktivní senior

Růžová 30/II., Jindřichův Hradec

Kontakty:

web: www.mesada.eu

tel: +420 792 307 444