**POSEZ**

**BŘEZEN 2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **KAŽDÉ****PO – ČT** | **RANNÍ PROTAŽENÍ VE STOJI****I VSEDĚ NA ŽIDLI** | **POSEZ****9:00** |
| **KAŽDÉ****PO** | **HRAJEME KARTY, DESKOVÉ HRY A ŠACHY** | **POSEZ****13:30** |
| **KAŽDÉ** **PO****KAŽDÝ** **ČT** | **PORADENSTVÍ S MOBILY, NOTEBOOKY, CHYTRÝMI HODINKAMI, INTERNETEM, APOD…** | **POSEZ****14:00 – 15:00****POSEZ****9:30 – 12:00** |
| **KAŽDÉ** **ÚT** | **POVÍDÁNÍ O BĚŽNÝCH STAROSTECH S KAMILOU***DISKUZE A PROMÍTÁNÍ NA RŮZNÁ TÉMATA, KTERÁ SE DOTÝKAJÍ SENIORŮ**TENTO MĚSÍC - ONLINE KURZ TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI* *S MONIKOU ČERMÁKOVOU* | **POSEZ****10:00** |
| **KAŽDÉ** **ÚT** | **POHODOVÁ JÓGA***S JARDOU HAUEREM* | **POSEZ****13:30** |
|  **KAŽDÝ****ČT** | **BINGO***S LENKOU ŠAFRÁNKOVOU* | **POSEZ** **13:30** |
| **KAŽDÝ** **ČT** | **MOZKOHRÁTKY***POVÍDÁNÍ, VZPOMÍNÁNÍ A HRAVÉ ÚKOLY NA PROCVIČENÍ PAMĚTI A POZORNOSTI U KÁVY*  | **SPOL. MÍSTNOST** **V DPS NA MALÉM NÁMĚSTÍ V PŘÍZEMÍ****9:30** |
| **PO****3.3.****24.3.** | **RANNÍ TANEČNÍ PROTAŽENÍ** *S LENKOU VESELOU* | **POSEZ****9:00** |
| **ST****5.3.** | **ZPÍVÁNKY U KYTARY** *S PEPOU BUCKEM* | **POSEZ** **15:00** |
| **ST****12.3.** | **RUČNÍ PRÁCE U KAFÍČKA** **(HÁČKOVÁNÍ, PLETENÍ, VYŠÍVÁNÍ, DRHÁNÍ, …)***SE ZDEŇKOU HANIBALOVOU* | **POSEZ****15:00** |
| **PO****17.3.** | **VYRÁBĚNÍ S VERONIKOU KOČOVOU Z DÍLNY SRDCEM SPOLEČNĚ***PTÁČCI ZE DŘEVA* | **POSEZ****9:30** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ST****19.3.** | ***POUŠŤ JAKO INSPIRACE V UMĚNÍ 2. ČÁST*** *DALŠÍ TVOŘIVÁ BESEDA S MARTINEM VLČKEM*  | **POSEZ****14:00** |
| **ST****19.3.** | **VÝLET ZA KANDÍKEM** **NA MEDNÍK Z PETROVA** *S PETREM RÁDLEM A FRANTIŠKEM PLEVOU**TRASA Z NÁDRAŽÍ JE DO KOPCE CCA 3 KM, O ZPÁTEČNÍ CESTĚ SE ROZHODNE DLE AKTUÁLNÍCH PODMÍNEK* | **SRAZ V 7:20 NA VLAK. NÁDRAŽÍ** |
| **ST****26.3.** | **POSEZÁCKÝ KVÍZ** *S ALENKOU ŠINDLEROVOU* | **POSEZ****13:30** |
| **ČT****27.3.** | **JARNÍ MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ** *S DĚTMI Z MŠ BERUŠKY*  | **SPOL. MÍSTNOST** **V DPS NA MALÉM NÁMĚSTÍ V PŘÍZEMÍ****9:30** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**KLUBU SENIORŮ**

**BŘEZEN 2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ÚT****4.3.** | **BESEDA S ADVOKÁTKOU** *S JUDR. ELIŠKOU PODROUŽKOVOU* *O MAJETKOVÝCH VZTAZÍCH* | **KLUB SENIORŮ****14:00** |
| **ÚT****11.3.** | **TANEČNÍ ZÁBAVA K MDŽ***ZAHRAJE JK BAND JIŘÍHO KRÁSY SE ZPĚVÁKEM RICHARDEM HRABÍKEM* | **KLUB SENIORŮ****14:00** |
| **ČT** **13.3.** | **VÝLET DO KOLÍNA**  *JEDEME PŘES LEDEČKO,**ZPÁTKY SE VRACÍME PŘES PRAHU* | **SRAZ V 8:45 NA VLAK. NÁDRAŽÍ** |
| **ÚT****18.3.** | ***THAJSKO****BESEDA S PETREM VOŘÍŠKEM*  | **KLUB SENIORŮ****14:00** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ÚT****25.3.** | **MEZIGENERAČNÍ DEBATA** **S POSLANKYNÍ ZA KDU-ČSL** *S PŘEDSEDKYNÍ KŘESŤANSKÝCH SENIORŮ NINOU NOVÁKOVOU,* *MILANEM NOVOTNÝM OKRESNÍM PŘEDSEDOU KDU-ČSL BENEŠOV A DALŠÍMI HOSTY* | **KLUB SENIORŮ****14:00** |

***DO KONCE MĚSÍCE SE MŮŽETE V POSEZU REGISTROVAT NA AKCI ČISTÁ ŘEKA SÁZAVA, KTERÁ SE KONÁ 12.4. NÁŠ ÚSEK BUDE OD RYBNÍKA V KONOPIŠTI OKOLO POTOKA SMĚREM K SILNICI NA RACEK.***

**Více info hledejte, prosím, na plakátech na vývěskách u Posezu, Klubu seniorů a “Pod Brankou”.**