**POSEZ**

**DUBEN 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** | **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** |
| **ST****2.4.** | **ČERNÁ HORA***CESTOVATELSKÁ BESEDA S LIBOREM DRAHOŇOVSKÝM* | **POSEZ****14:00** |
| **PO****7.4.** | **KERAMICKÉ ZÁPICHY DO KVĚTINÁČE***JARNÍ VYRÁBĚNÍ PRO VŠECHNY S VERONIKOU KOČOVOU Z DÍLNY SRDCEM SPOLEČNĚ* | **POSEZ****9:30** |
| **ST****9.4.** | **PLETENÍ POMLÁZEK S PEPÍKEM VONDROU***PRO HOLKY I PRO KLUKY VŠEHO VĚKU* | **POSEZ****10:00** |
| **ST****9.4.** | **ZPÍVÁNKY U KYTARY S PETREM FANTOU** *ZAVZPOMÍNÁME NA ZNÁMÉ PÍSNĚ SPIRITUÁLU KVINTET, J. SUCHÉHO A ŠLITRA, VOSKOVCE A WERICHA,…* | **POSEZ****15:30** |
| **ČT****10.4.** | **JARNÍ MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ***S DĚTMI Z MŠ BERUŠKY* | **SPOL. MÍSTNOST** **V DPS NA MALÉM NÁMĚSTÍ V PŘÍZEMÍ****10:00** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SO****12.4.** | **AKCE ČISTÁ ŘEKA SÁZAVA***ČISTÍME POTOK VE SMĚRU OD KONOPIŠŤSKÉHO RYBNÍKU K SILNICI NA TÝNEC* | **SRAZ V 9 HOD V KONOPIŠTI NA PARKOVIŠTI POD HRÁZÍ RYBNÍKA** |
| **PO****14.4.****28.4.** | **RANNÍ TANEČNÍ PROTAŽENÍ** *S LENKOU VESELOU* | **POSEZ****9:00** |
| **ST****16.4.** | **TĚLO A KRAJINA***INSPIRATIVNÍ SETKÁNÍ S EDUKÁTORY Z MUZEA UMĚNÍ A DESIGNU* | **POSEZ****14:00** |
| **ST****23.4.** | **POVÍDÁNÍ U ČAJE O ČAJI A DECHOVÁ RELAXACE***S VENDULKOU JIROUŠKOVOU* | **POSEZ****15:00** |
| **ČT****24.4.** | **VÝLET NA KELTSKÉ OPPIDUM ZÁVIST***S FRANTIŠKEM NAVŠTÍVÍTE ARCIBIS. ALTÁN, MINIZOO,…**NÁROČNĚJŠÍ TRASA SE STOUPÁNÍM CCA 5 KM*  | **SRAZ NA VLAK. NÁDRAŽÍ V 7:15****ODJEZD V 7:31 DO VRŠOVIC, POTÉ BUSEM NA ZBRASLAV** |
| **ČT****24.4.** | **HUDEBNÍ DOPOLEDNE***COUNTRY A FOLKOVÉ PÍSNĚ NA KYTARY ZAHRAJÍ JIŘÍ BURGER A JAROSLAV BÁRA* | **SPOL. MÍSTNOST** **V DPS NA MALÉM NÁMĚSTÍ V PŘÍZEMÍ****9:30** |
| **PO****28.4.** | **PŘIHLAŠOVÁNÍ NA ZÁJEZDY** | **POSEZ****8:00** |
| **ST****30.4.** | **POSEZÁCKÝ KVÍZ** *S ALENKOU ŠINDLEROVOU* | **POSEZ****13:30** |

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

**KLUB SENIORŮ**

**DUBEN 2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ÚT****1.4.** | **PROMÍTÁNÍ**  | **KLUB SENIORŮ****14:00** |
| **ÚT****8.4.** | **NA SLOVÍČKO S VEDENÍM MĚSTA***O VEŘEJNÉ ZELENI* | **KLUB SENIORŮ****14:00** |
| **ČT** **10.4.** | **VÝLET NA JARNÍ VÝSTAVU KVĚTIN „NARCIS“ DO LYSÉ NAD LABEM** | **SRAZ V 8:45 NA VLAK. NÁDRAŽÍ** |
| **ÚT****15.4.** | **VELIKONOČNÍ ZÁBAVA** *ZAHRAJE FRANTIŠEK KOUKAL NA HARMONIKU*  | **KLUB SENIORŮ****14:00** |
| **ÚT****22.4.** | **SETKÁNÍ S PÍSNIČKOU***ZAZPÍVAJÍ DĚTI Z PĚV. SBORU* *PŘI ZŠ DUKELSKÁ POD VEDENÍM BLANKY KUČEROVÉ* | **KLUB SENIORŮ****14:00** |
| **ÚT****29.4.** | **UČITELKA V INDII***CESTOVATELSKÁ BESEDA S KATEŘINOU PODHORSKOU*  | **KLUB SENIORŮ****14:00** |