

## Program CSS a klubů seniorů – DUBEN 2017

každé pondělí (kromě 17.4.) ve 14:30 setkání kuželkářů – kuželna TJ Bižuterie Pražská ul.

každé úterý v 10:00 zkouška seniorského pěveckého souboru Izerína – cvičebna

v pátek 7.4. v 9:30 Herní dopoledne – cvičebna

každý pátek (mimo 14. a 28.4.) ve 14:00 Tančírna (taneční skupina Šarm) – velký sál

KS Palackého - celotýdenní klub (kromě středy) s Hildou – 13:30 hod.

KS Novoveská – trénování paměti, čtvrtek 6., 13., 20., 27.4. – 13:30 hod.

v dubnu pokračují jazykové kurzy, kurzy trénování paměti, počítačové kurzy a Akademie seniorů, vše jako prevence před Alzheimerovou chorobou – pro předem přihlášené a oslovené zájemce

úterý	04.04.2017 13:30	Velikonoce v klubu – KS Opletalka*
středa	05.04.2017 09:30	Trénování paměti jinak a pro všechny, hra Dobble – velký sál, otevřená akce, bez přihlášek.
středa	05.04.2017 13:30	Velikonoce v klubu – KS Kokonín*
středa	05.04.2017 13:45	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Novoveská *
středa	05.04.2017 15:00	Velikonoce v klubu – KS Boženka*
čtvrtek	06.04.2017 14:00	Japonský bál – velký sál. Kapacita omezená, vstup možný pouze se vstupenkou. Dle březnového programu se přihlášky přijímaly již od 24.3. Více informací u Jarky Berntové, tel. č. 728 616 492.**
pondělí	10.04.2017 09:00	Potravinová sbírka pro Naději – podlaží 2b, do 16:00 hod.
úterý	11.04.2017 09:00	Potravinová sbírka pro Naději – předání zástupcům Naděje.
středa	12.04.2017 09:30	Akademie seniorů – malý sál. Uzavřená akce pro předem přihlášené a oslovené zájemce.
středa	12.04.2017 14:00	Velikonoce v klubu – KS Novoveská*
čtvrtek	13.04.2017 14:00	Velikonoce v klubu – KS Palackého*
úterý	18.04.2017 13:30	Setkání v klubu, Cestujeme po Evropě-Rakousko – KS Opletalka*
středa	19.04.2017 09:30	Trénování paměti jinak a pro všechny, hra Dobble – velký sál, otevřená akce, bez přihlášek.
středa	19.04.2017 13:30	Setkání v klubu, Cestujeme po Evropě-Rakousko – KS Boženka*
středa	19.04.2017 13:45	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Novoveská*
čtvrtek	20.04.2017 13:30	Setkání v klubu, Cestujeme po Evropě-Rakousko – KS Palackého*
pátek	21.04.2017	Slavnostní zahájení jubilejního 5. ročníku Jabloneckého škrpálu. Informace a přihlášky u Blanky Svobodové, tel. č. 774 722 945.
úterý	25.04.2017 09:30	Rada starších – výjezdní zasedání, ZŠ Liberecká.
úterý	25.04.2017 15:00	Hudební klub – povídání o muzice, hudební styly, čeští a světoví interpreti, kalendárium, perličky,... – malý sál. Kapacita omezená, přihlášky přijímá Jarka Berntová od úterý 18. dubna od 8:00 hodin na čísle 728 616 492.**
středa	26.04.2017 09:30	Akademie seniorů – malý sál. Uzavřená akce pro předem přihlášené a oslovené zájemce.
středa	26.04.2017 13:30	Setkání v klubu, Cestujeme po Evropě-Rakousko – KS Kokonín*
středa	26.04.2017 13:30	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Boženka*
čtvrtek	27.04.2017 13:30	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Palackého*
čtvrtek	27.04.2017 14:30	Nejsme tady náhodou, povídání s Romanem – KS Novoveská*
pátek	28.04.2017	Turnaj v kuželnách, aréna Liberec. Bližší informace v kanceláři volnočasových aktivit, 4. patro CSS.

Vysvětlivky:

\* Klubová akce, pro členy jednotlivých klubů. Bližší informace podá Blanka Svobodová, specialista klubů seniorů na čísle 774 722 945, nebo osobně v kanceláři volnočasových aktivit, 4. patro CSS.

\*\* Přihlášky přijímá od uvedeného data pouze Jarka Berntová na čísle 728 616 492.

## Programy klubů ve spolkovém domě

### KJS – Klub jabloneckých seniorů

Informace B. Svobodová - tel.: 774 722 945

**4., 11., 18., 25.4. /úterý/ 10:00 hodin** Cvičení s Hankou – velký sál.

**5.4. /středa/** Nordic walking s Aničkou – Železný Brod-Malá Skála. Odjezd z AN v 8:15 hodin do ŽB. Trasa 7 km. Odjezd z Malé Skály ve 14:02 nebo v 15:09 hodin.

**11.4. /úterý/ 13:30 hodin** Velikonoce v KJS + šátkový bazárek – velký sál. Info a přihlášky u Blanky Svobodové.

**19.4. /středa/** Nordic walking s Aničkou – Rychnov-Malá Skála přes Košovy a Bobov. Odjezd z AN linkou 101 v 8:15 hodin do Rychnova. Odjezd z Malé Skály ve 14:02 nebo 15:09 hodin.

**25.4. /úterý/** Chrastava – Muzeum hasičské techniky. Info a přihlášky u Blanky Svobodové.

**27.4. /čtvrtek/ 15:30 hodin** Literární kavárna – malý sál.

### Dia club senior

Informace H. Korcinová – tel.: 724 206 367

**4., 11., 18., 25.4. /úterý/ 13:00 hodin** Cvičení v bazénu.

**12.4. /středa/ 15:00 hodin** Setkání členů klubu – velký sál CSS.



### Svaz důchodců ČR

Informace L. Caránková - tel.: 723 510 256

**5.4. /středa/ 14:00 hodin** Přednáška o Loretách v Čechách – velký sál.

**12.4. /středa/ 7:30 hodin** Zájezd na Šluknovsko – pouze pro přihlášené členy.

**19.4. /středa/ 14:00 hodin** Hudba k tanci i poslechu – velký sál.

**26.4. /středa/ 14:00 hodin** Program na květen, měření tlaku – velký sál.

### KARDIO Jablonec

Informace a přihlášky K. Křivánek - tel.: 728 366 951

**7.4. /pátek/** Trasa: Dolní Černá Studnice-Beranská cesta-Žertovný kámen-Berany-Černá Studnice-Dolní Černá Studnice-trasa 7,5 km. Doprava tam: autobus z AN 8:30 hodin, Dolní Černá Studnice 8:40 hodin, doprava zpět: autobus Dolní Černá Studnice 13:17 nebo 13:35 hodin. Občerstvení: restaurace Berany, restaurace Černá Studnice.

**Každé úterý od 10:00 hodin** Cvičení ve fitku – pouze pro členy.

**Každou středu 14:45 hodin** Cvičení v Břízkách - pro členy i nečleny - nečlen vstupné 50,- Kč.

**Každý čtvrtek 11:00 – 12:15 hodin** Plavání v bazénu - pouze pro členy.

**24.4. /pondělí/ 16:00 hodin** Členská schůze – malý sál.

### KS při ČSŽ

Informace J. Herkommerová – tel.: 605 535 987

**6.4. /čtvrtek/ 14:00 hodin** Sociální bydlení pro seniory (beseda) – malý sál.

**20.4. /čtvrtek/ 15:00 hodin** Zdravotní pojištění – novinky a bonusy pro seniory – malý sál.

Kontakty do kanceláře volnočasových aktivit Centra sociálních služeb Jablonec nad Nisou, p.o.

L. Frydrych – tel.: 774 722 942, [specialista.va@centrumjablonec.cz](mailto:specialista.va@centrumjablonec.cz),

B. Svobodová – tel.: 774 722 945, [specialista.ks@centrumjablonec.cz](mailto:specialista.ks@centrumjablonec.cz),

J. Berntová – tel.: 728 616 492, [asistent.va@centrumjablonec.cz](mailto:asistent.va@centrumjablonec.cz).

Přítomní účastníci berou na vědomí a souhlasí s pořízením zvukového či obrazového záznamu, který může být využit Centrem sociálních služeb Jablonec nad Nisou, p. o. v přiměřené míře pro účely prezentace této akce nebo aktivit přímo souvisejících a souhlasí se zpracováním osobních údajů v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů, ve znění pozdějších předpisů.