

## Program CSS a klubů seniorů – KVĚTEN 2017

každé pondělí (kromě 1. a 8.5.) ve 14:30 setkání kuželkářů – kuželna TJ Bižuterie Pražská ul.

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

každý pátek v 9:30 Herní dopoledne – cvičebna

každý pátek (kromě 26.5.) 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 4., 11 a 18.5. – 13:30 hod.

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

úterý	02.05.2017 10:00	Trénujeme pétanque a mölkky – první letošní setkání, další proběhne v úterý 8.5., od 15.5. každé pondělí od 10 hodin, areál volnočasových aktivit, ulice Čelakovského ve Mšeně, otevřená akce, bez přihlášek (turnaj v pétanque proběhne 9.6.).
středa	03.05.2017 09:30	Hra Dobble (trénování paměti jinak a pro všechny) – velký sál, otevřená akce, bez přihlášek.
středa	03.05.2017 13:30	Klubové odpoledne s Blankou – KS Boženka.*
středa	03.05.2017 13:45	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Novoveská.*
čtvrtek	04.05.2017 14:30	Setkání v klubu, Cestujeme po Evr.-Rakousko – KS Novoveská.*
pátek	05.05.2017	Jablonecký škrpál – Frýdštejn-Hr. Rohozec-Turnov, informace u Blanky Svobodové, tel. č. 774 722 945.
středa	10.05.2017 13:30	Klubové odpoledne s Blankou – KS Kokonín.*
čtvrtek	11.05.2017 13:30	Klubové odpoledne s Blankou – KS Palackého.*
pátek	12.05.2017	Jablonecký škrpál – Karlov-Srní sedlo-Novina-Křižany, informace u Blanky Svobodové, tel. č. 774 722 945.
úterý	16.05.2017 09:30	Rada starších – malý sál CSS, uzavřená akce.
úterý	16.05.2017 13:30	Klubové odpoledne s Blankou – KS Opletalka.*
středa	17.05.2017 09:30	Akademie seniorů – malý sál. Pro předem přihlášené a oslovené zájemce.
středa	17.05.2017 09:30	Hra Dobble (trénování paměti jinak a pro všechny) – velký sál, otevřená akce, bez přihlášek.
středa	17.05.2017 13:30	Klubové odpoledne – KS Boženka.*
středa	17.05.2017 13:45	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Novoveská.*
pátek	19.05.2017	Jablonecký škrpál – Heřmanice-Kodešova skála-Frýdlant, informace u Blanky Svobodové, tel. č. 774 722 945.
úterý	23.05.2017 08:30	Kulatý stůl, veřejná diskuze za účasti odborníků, hostem bude Jan Lorman (Život90) a Michaela Lengálová (Pečuj doma) – velký sál, otevřená akce, bez přihlášek.
středa	24.05.2017 09:30	Akademie seniorů – malý sál. Pro předem přihlášené a oslovené zájemce.
středa	24.05.2017 10:00	Izerína – Domov důchodců jablonecké Paseky – vystoupení v rámci Zahradní slavnosti.
středa	24.05.2017 13:30	Klubové odpoledne – KS Kokonín.*
čtvrtek	25.05.2017 13:30	Zábavné odpoledne s Vladem – KS Palackého.*
úterý	30.05.2017 15:00	Hudební klub – povídání o muzice, hudební styly, čeští a světoví interpreti, kalendárium, perličky,... – malý sál. Kapacita omezená, přihlášky přijímá Jarka Berntová od pondělí 22. května od 9:00 na tel. č. 728 616 492.**
středa	31.05.2017 09:30	Hra Dobble (trénování paměti jinak a pro všechny) – velký sál, otevřená akce, bez přihlášek.



středa 31.05.2017 14:00 Klobouková slavnost na téma sport a sportovci – KS Novoveská.  
Kapacita omezená, přihlášky přijímá Jarka Berntová od úterý  
16. května od 9:00 hod. na čísle 728 616 492.\*\*

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

**16.5. /úterý/** Zákupy, muzeum masopustních masek, info a přihlášky B. Svobodová.

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

### Dia club senior

Informace H. Korcinová – tel.: 724 206 367

**2., 9., 16., 23., 30.5. /úterý/ 13:00 hodin** Cvičení v bazénu

**25.5. /čtvrtek/ 15:00 hodin** Setkání členů klubu – velký sál CSS

### Svaz důchodců ČR

Informace L. Caránková - tel.: 723 510 256

**1.5. /pondělí/ 10:15 hodin** Kittelova pouť na Krásné, odjezd z AN

**3.5. /středa/ 14:00 hodin** Přednáška – sociální služby pro seniory na Jablonecku, M. Albrechtová, Diakonie ČCE – velký sál CSS

**9.5. /úterý/ 14:00 hodin** Oslava Dne matek – ZUŠ Jablonec n.N., jen pro členy

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

**24.5. /středa/ 9:05 hodin** Liberec - Hospic sv. Zdislavy, Krajský úřad, odjezd z konečné tramvaje

**27.5. /sobota/ 8:30 hodin** Turnovské řemeslné trhy, odjezd z AN

**31.5. /středa/ 14:00 hodin** Program na červen, měření tlaku – velký sál CSS

### KARDIO Jablonec

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

**5.5. /pátek/** Trasa: Lukášov-Prosečská rozhledna-Vratislavice-trasa 5,5 km. Doprava tam: autobus MHD č.104 směr Lukášov v 9:15 hodin, doprava zpět: vlak ve 12:43, 13:13, 13:43, 14:13 nebo tramvaj každých 20 minut. Občerstvení: restaurace U Prasete Vratislavice  
**Každé úterý od 10:00 hodin (do 16. května)** Cvičení ve fitku – pouze pro členy.

**Každou středu od 14:45 hodin (do 17. května)** Cvičení v Břízkách - pro členy i nečleny - nečlen vstupné 50,- Kč.

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

**22.5. /pondělí/ 16:00 hodin** Členská schůze – 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,

B. Svobodová – tel.: 774 722 945, specialista.ks@centrumjablonec.cz,

J. Berntová – tel.: 728 616 492, 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.