

# PLÁN AKCÍ

# SENIOR POINTU I. POLOLETÍ ŽDĀR NAD SÁZAVOU 2018



SeniorPoint

Senior Point Žďar nad Sázavou  
Studentská 4, (4. patro polikliniky),  
591 01 Žďar nad Sázavou  
tel.: 732 472 892  
e-mail: seniorpoint@kolping.cz  
www.zdarns.familypoint.cz  
https://www.facebook.com/  
SeniorPointZdarnadSazavou/

Otevřeno:  
po–pá: 8.00–12.00 hod.  
a 13.00–15.00 hod.

Změny termínů přednášek a akcí vyhrazeny.  
Bližší informace o obsahu, termínech a místu  
konání přednášek se dozvíte ve FP a SP Žďar  
nad Sázavou nebo z jednotlivých letáků,  
které budou na konkrétní akce průběžně  
zveřejňovány.

## PRAVIDELNĚ KONANÉ AKCE:

- **Zdravotní monitoring** – každý druhý pátek v měsíci, 12. 1., 9. 2., 9. 3., 13. 4., 11. 5., 8. 6. 2018, 9.00–10.00 hod.
- **Cvičte s námi** – cvičení pod dohledem fyzioterapeutky Bc. Aleny Vítkové, každé úterý a středu, 14.00–14.45 hod., pouze pro předem přihlášené
- **Alzheimer poradna** – každou první středu v měsíci, objednávejte se na tel. číslo 733 629 018

## PŘEDNÁŠKY:

- **První pomoc pro seniory** – naučte se správně reagovat v situacích náhlého ohrožení života a zdraví, lektorka Bc. Alena Velechovská, 9. 1. 2018, 9.30 hod.
- **Intimní život v seniorském věku** – beseda s gynekoložkou MUDr. Jelízavetou Maškovou, 16. 1. 2018, 9.30 hod.
- **Ne podvodníkům** – beseda s Městskou policií Žďar nad Sázavou, 13. 2. 2018, 9.30 hod.
- **Variace z pedigu** – kreativní dílna s lektorkou Mgr. Silvií Slámovou, 20. 2. 2018, 9.00–11.00 hod.
- **Může se to stát i vám** – seznámení se nabídkou Týmu pro oběti trestných činů, lektorka Mgr. Nela Šupková, 13. 3. 2017, 9.30 hod.
- **Tvoříme ze sušených květin** – kreativní dílna s lektorkou Jaroslavou Rainerovou, 20. 3. 2017, 9.00–11.00 hod.
- **Variace z pedigu** – kreativní dílna s lektorkou Mgr. Silvií Slámovou, 10. 4. 2018, 9.00–11.00 hod.
- **Šperk jarmark** – 17. 4. 2018, 9.00–11.00 hod.
- **Vytvořte si přáníčko pro svou rodinu** – kreativní dílna pro celou rodinu, 15. 5. 2018, 9.00–11.00 hod.
- **Zvládneme to** – praktický nácvik pohybu s kompenzačními pomůckami, lektorka Květoslava Růžičková, 29. 5. 2018, 9.30 hod.
- **Posezení s harmonikou** – lektor Josef Kučera, 5. 6. 2018, 13.00–14.30 hod.

Kraj Vysocina



JEDNA VELKÁ  
RODINA

VTUP ZDARMA