

AKTIVITY NA LISTOPAD

REZERVACE TEL.: KATEŘINA 605 542 639 LUCIE 775 974 291



TRÉNINK PAMĚTI

Pondělí 9:00 - 10:30

Spolkový dům (Rudňáček) 50 Kč

Termíny setkání:

3.11. a 10.11.

1.12. a 15.12.

Kapacita je zcela naplněna



POHYBEM KE ZDRAVÍ, ABY ZÁDA NEBOLELA

Středa 14:00 - 15:00

Domov seniorů 50 Kč

Termín setkání:

12.11. a 10.12.



JÓGA NA ŽIDLÍCH/ KARIMATCE

Čtvrtek 9:15 - 10:15

10:30 - 11:30

Spolkový dům 50 Kč

(Rudňáček)

Termíny setkání:

6.11., 13.11., 20.11., 27.11.,

4.12., 11.12. a 18.12.

ENG

ANGLICKÝ KURZ

nejen pro začátečníky

Středa 9:00 - 10:30

Obecní dům (Klubovna)

Termíny setkání:

od 10.9. do 12.11.

od 19.11 do 17.12.

Kapacita je zcela naplněna



OD STALINA PO ANEŽKU

Úterý 18.11. 15:30 - 17:00/30

Sraz:

Před právnickou fakultou 50 Kč

Středověk v exteriéru i interiéru a co má společného s moderní dobou. Větší část času se budeme pohybovat ve vnitřních prostorech. Anežský klášter je zadarmo.



MEZIGENERAČNÍ KURZ

Genealogie

Pátek 14.11. 14:00 - 16:00

Obecní dům (Klubovna) 30 Kč

CESTOVATELSKÁ BESEDA JAPONSKO

Středa 5.11. 16:00 - 17:30

Obecní dům (Klubovna) 30 Kč

Naše úžasná cestovatelka Marie Koubová, která se na pár dní vrací z Itálie zpět do Čech, nás tentokrát vezme prostřednictvím fotografií a poutavého vyprávění do Japonska.



MEZIGENERAČNÍ DÍLNA

Drhejte s námi

Víkendové 15:00 - 17:00

termíny 100 Kč

Termín setkání:

22.11. (Rudňáček)

13.12. (klubovna)

Vrací se velmi oblíbená dílna "Drhejte s námi" se Zuzkou a jejími dcerami. Pojdte společně s námi objevovat kouzlo Macramé.



LITERÁRNÍ KLUB

s knihovnicí Olinkou

Pátek 14.11. 09:00 - 11:00

Obecní dům Dobrovolný (Klubovna) příspěvek

Literární posezení při kávě a čaji.

		Nepravidelné aktivity	Místo aktivity nebo sraz	Čas	Vstup
Úterý	4.11.	Podzimní aranžmá - veškerý materiál je zajištěn	Obecní dům Klubovna	10:00 - 12:00	100 Kč
Čtvrtek	20.11.	Vánoční tvoření mýdlo a domek - lektorky PhDr. Petra Drálová, speciální pedagožka a Soňa Studená, DiS.	Obecní dům Klubovna	16:00 - 17:30	100 Kč
Úterý	25.11.	Vyšívání obrázky - vánoční přání	Obecní dům Klubovna	15:30 - 17:30	50 Kč

Adventní přípravy jsou již v plném proudu a v rámci našeho listopadového programu vás chceme pozvat na:

- koncert VÁNOČNÍ ZASTAVENÍ v pondělí 15.12. od 14:00 v Domově Seniorů v Rudné. Účinkující si pro vás nachystali propojení hudby s povídkami a básněmi.
- VÁNOČNÍ SETKÁNÍ se uskuteční poslední adventní sobotu 20.12. v Sokolském domě a jsou zváni všichni senioři nejenom z našeho klubu. Těšit se můžete na program, který chystají děti ze Základní školy Rudná.

Klub Senioři spolu nabízí sociálně-právní poradenství a individuální konzultace pro seniory, jejich blízké a pečující.

Pro domluvení setkání je zapotřebí se zkontaktovat se sociální pracovnící Katkou na tel.: 605 542 639.

Je také možné využít individuální vyšetření paměti s ergoterapeutkou Luckou, konzultaci lze domluvit na tel.: 775 974 291.

Klub Senioři spolu vám přináší program na měsíc listopad. Děkujeme vám, že se na akce registrujete a omlouváte v případech, kdy nemůžete dorazit.

Budeme rádi za **zpětnou vazbu formou vyplnění dotazníků spokojenosti** a to buď **osobně** nebo online na centrumrudnacek.cz/zakladni-informace-klub-seniori-spolu/.

Děkujeme Vám za spolupráci!

NOVINKY

Listopad přináší poslední barvy podzimu i první záchvěvy adventu. Zkraťte si dlouhé večery a chladné dny na kurzech vyšívání obrázků, macramé, aranžování a tvoření drobných vánočních dárků. Vycházku naše průvodkyně Jana naplánovala převážně do interiérů Anežského kláštera, aby byla vycházka příjemná téměř za každého počasí. Na začátku měsíce nás navštíví naše cestovatelka Marie Koubová – kromě zážitků z Japonska možná přiveze i trochu italského slunce. Olinka z literárního klubu zve na milé čtenářské setkání u teplého čaje a kávy. Také vrcholí přípravy na prosincové akce: adventní koncert Vánoční zastavení a Vánoční setkání seniorů s muzikálovým představením Základní školy Rudná. Podrobnosti k těmto akcím najdete na letáčcích.

Informace z Klubu Senioři spolu můžete čerpat na webových stránkách Rudňáčku v oddíle “Pro seniory”, na Facebooku Klub Senioři spolu i ve whatsappové skupině.



Mezigenerační dílny



Na Václava s muzikou



Cestovatelská beseda o Itálii



Na Václava s muzikou

SOUSEDSKÁ SOUNÁLEŽITOST

Vedle pravidelných aktivit pro seniory nabízíme spolupráci i seniorům, kteří z jakéhokoliv důvodu nemohou využívat společných aktivit v klubu, a to tak, že jim nabídneme aktivity u nich doma v rámci projektu „Sousedská sounáležitost seniorům“. V projektu chceme propojit obyvatele Rudné, coby dobrovolníky a osamělé seniory a seniorky. Věříme, že každá aktivita povede k povzbuzení, radosti a určitému naplnění na obou stranách.

KONTAKTY

Chcete se přihlásit nebo zjistit více o aktivitách v rámci klubu? Máte připomínky nebo pochvalu? Ozvěte se nám:



775 974 291 Lucie Rybyšarová koordinátorka projektu

775 974 291 Kateřina Votavová sociální pracovnice



klubseniorispolu@gmail.com

Kontaktujte nás prostřednictvím telefonu, emailu nebo WhatsAppové skupiny Klub Senioři spolu (pokud chcete přidat do WA skupiny zkontaktujte Katku).

Na uvedených kontaktech si lze domluvit konzultaci týkající se služeb, organizací a pomoci pro seniory, jejich blízké nebo pečující.

