

# PROGRAM BŘEZEN 2011



## CENTRÁLNÍ KLUB SENIORŮ

### Komunitní středisko Kontakt Liberec

Adresa: Palachova ulice 504/7, 460 01 Liberec 1, tel.: (+420)485 244 992

e-mail: klub@ksk.liberec.cz, web: www.ksk.liberec.cz

**Provozní doba: pondělí – čtvrtek 10.00 – 17.00 hodin**

**pátek 10.00 – 14.00 hodin**

Úterý <b>1. 3.</b>	<b>10.00 hodin</b> Autobus č. 22 Stanoviště č. 7	<b>Výlet s René Kucem</b> Směr Kunratická sídliště, dále ulicí Olbrachtova, Východní, kolem Ústavu sociální péče, ulicí Seniorů k zastávce Zelené údolí. Trasa měří 3 km.	
Středa <b>2. 3.</b>	<b>15.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Promítání fotografií ze IV. Seniorských šibřinek</b>	
Čtvrtek <b>3. 3.</b>	<b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne s Vlastou</b>	
Pátek <b>4. 3.</b>	<b>8.30, 9.30, 10.30 hodin</b> Sál – suterén	<b>Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou</b>	
Pátek <b>4. 3.</b>	<b>14.30 hodin</b> Sál – suterén	<b>Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou</b>	
Úterý <b>8. 3.</b>	<b>14.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Hudební odpoledne s Miloslavem Hadravou a Jiřím Klímou</b> Tradiční odpolední posezení s živou hudbou	
Čtvrtek <b>10. 3.</b>	<b>10.00 – 13.00 hodin</b> Kučelna Tipsport arena	<b>Tréninkové dopoledne v Kuželně</b> <b>Přijďte si zahrát!</b>	
Čtvrtek <b>10. 3.</b>	<b>10.00 – 17.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Ukončení evidence přihlášek na Jarní turnaj v šipkách, který se bude konat v pondělí 14. 3. 2011 od 9.00 hodin v sále – suterén</b>	
Čtvrtek <b>10. 3.</b>	<b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne s Vlastou</b>	
Pátek <b>11. 3.</b>	<b>10.00 hodin</b> Klubovna č. 3 5. patro	<b>Giacomo Puccini - Bohéma</b> Povídání o opeře v divadelní kavárně s Ninou Vaňkovou	

Pátek <b>11. 3.</b>	<b>8.30, 9.30, 10.30</b> hodin Sál - suterén	<b>Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou</b>	
Pátek <b>11. 3.</b>	<b>14.30</b> hodin Sál – suterén	<b>Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou</b>	
Pondělí <b>14. 3.</b>	<b>9.00</b> hodin Sál – suterén	<b>Jarní turnaj v šipkách</b> Zájemci se mohou přihlásit <u>do čtvrtka 10. 3. 2011 na recepci</u> v Centrálním klubu seniorů ve 3. patře, Palachova ulice 504/7	
Pondělí <b>14. 3.</b>	<b>10.00</b> hodin Klubovna č. 3 5. patro	<b>„Ženy SHR“</b> promítání filmu v českém znění v rámci Mezinárodního festivalu dokumentárních filmů o lidských právech Jeden svět. 58 minut, vstupné 25 Kč	
Pondělí <b>14. 3.</b>	<b>10.30</b> hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou</b>	
Úterý <b>15. 3.</b>	<b>9.49</b> hodin Tramvaj č. 3 Fügnerova ulice	<b>Výlet s René Kucem</b> Směr Horní Hanychov, zastávka U kostela, ulice Jakutská, Volgogradská, zastávka U Pekáren. Trasa měří 3 km.	
Úterý <b>15. 3.</b>	<b>10.00</b> hodin Klubovna č. 3 5. patro	<b>„V krajinách ticha“</b> promítání filmu v českém znění v rámci Mezinárodního festivalu dokumentárních filmů o lidských právech Jeden svět. 65 minut, vstupné 25 Kč	
Středa <b>16. 3.</b>	<b>10.00</b> hodin Klubovna č. 3 5. patro	<b>„Drnovické catenaccio</b> aneb <b>Cesta do pravěku ekonomické transformace“</b> promítání filmu v českém znění v rámci Mezinárodního festivalu dokumentárních filmů o lidských právech Jeden svět. 57 minut, vstupné 25 Kč	
Středa <b>16. 3.</b>	<b>14.00</b> hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Týden uvědomění si mozku – světový týden</b> Povídání o trénování paměti s Dagmar Hajflerovou	
Čtvrtek <b>17. 3.</b>	<b>10.00</b> hodin Klubovna č. 3 5. patro	<b>„Na stupních vítězů“</b> promítání filmu s českými titulky v rámci Mezinárodního festivalu dokumentárních filmů o lidských právech Jeden svět. 90 minut, vstupné 25 Kč	
Čtvrtek <b>17. 3.</b>	<b>13.30</b> hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne s Vlastou</b>	
Pátek <b>18. 3.</b>	<b>8.30, 9.30, 10.30</b> hodin Sál - suterén	<b>Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou</b>	

Pátek <b>18. 3.</b>	<b>14.30 hodin</b> Sál – suterén	<b>Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou</b>	
Pondělí <b>21. 3.</b>	<b>15.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Jan Zrzavý</b> <b>český malíř, grafik, ilustrátor a scénograf</b> Beseda s Annou Sadílkovou	
Úterý <b>22. 3.</b>	<b>9.52 hodin</b> Autobus č. 12 Stanoviště č. 6	<b>Výlet s René Kucem</b> Směr Zelené údolí do zastávky Dobiášova. Dále ulicemi Cestou Pionýrů, Na jezírku, U Černého dolu, U Domoviny, Energetiků, Svatoplukovou, Náměstí pod Branou, Andělčinou, Hašlerovou přes Příbramské náměstí, Klicperovou, Mlýnskou do ulice Fügnerova. Trasa měří 3 km.	
Úterý <b>22. 3.</b>	<b>14.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Hudební odpoledne</b> <b>s Miloslavem Hadravou a Jiřím Klímou</b> Tradiční odpolední posezení s živou hudbou	
Čtvrtek <b>24. 3.</b>	<b>10.00 – 13.00 hodin</b> Kučelna Tipsport arena	<b>Tréninkové dopoledne v Kuželně</b> <b>Přijďte si zahrát!</b>	
Čtvrtek <b>24. 3.</b>	<b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne s Vlastou</b>	
Pátek <b>25. 3.</b>	<b>8.30, 9.30, 10.30 hodin</b> Sál - suterén	<b>Lehké relaxační cvičení s Vlastou a Natašou</b>	
Pátek <b>25. 3.</b>	<b>14.30 hodin</b> Sál – suterén	<b>Tančíme v každém věku s Natašou Tonkovou</b>	
Pondělí <b>28. 3.</b>	<b>10.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou</b>	
Úterý <b>29. 3.</b>	<b>9.50 hodin</b> Stanoviště autobusu č. 6	<b>Výlet s René Kucem</b> Směr přes Soukenné náměstí kolem Krajského úřadu, ulicemi Košickou, Šumavskou, Čechovou, Šlikovou, Kollárovou, Hradební k autobusové zastávce „Čechova“ na ulici Dr. M. Horákové. Trasa měří 3 km.	
Čtvrtek <b>31. 3.</b>	<b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne s Vlastou</b>	