

# PROGRAM PROSINEC 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

**V termínu od úterý 27. 12. 2011 do pátku 30. 12. 2011 bude klub uzavřen.**

Čtvrtek 1. 12.	13.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne</b> Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
Pátek 2. 12.	08.30, 09.30, 10.30 hodin Sál – suterén	<b>Lehké relaxační cvičení</b> Ručník s sebou!	
Pátek 2. 12.	14.30 hodin Sál – suterén	<b>Pohybem pro radost</b> Cvičení pro seniory v rytmu hudby	
Pátek 2. 12.	10.00 – 14.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Uzávěrka přihlášek na Zimní turnaj v šipkách, který se bude konat ve středu 7. 12. 2011 od 13.30 hodin v sále – suterén</b>	
Neděle 4. 12.	14.00 hodin Obřadní síň liberecké radnice	<b>2. Adventní neděle</b> s Generace Gospel Choir	
Pondělí 5. 12.	09.14 hodin Tramvaj číslo 6	<b>Výlet s René Kucem</b> Směr Horní Hanychov s výstupem u Staré pekárny. Odtud povede trasa ulicemi Křížíkovou, Uralskou, Lounskou, přes Ještědskou do Příčné a dále ulicí Jeronýmovou. Tunelem pak do Doubské ulice, následně Kaprovou a Mosteckou na třídu Dr. M. Horákové k autobusové zastávce u Kauflandu. Trasa měří 4 km.	
Pondělí 5. 12.	10.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou</b> Vyrábíme vánoční přáníčka	
Středa 7. 12.	13.30 hodin Sál – suterén	<b>Zimní turnaj v šipkách pro seniory</b> Vyhlášení Šipkaře roku 2011 Přihlásit se můžete v Centrálním klubu seniorů ve 3. patře do pátku 2. 12. 2011	
Čtvrtek 8. 12.	10.00 – 13.00 hodin Kučelna Tipsport arena	<b>Tréninkové dopoledne v Kuželně</b>	

<p><b>Čtvrtek</b> <b>8. 12.</b></p>	<p><b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro</p>	<p><b>Herní odpoledne</b> Pravidelné zápolení ve společenských hrách</p>	
<p><b>Pátek</b> <b>9. 12.</b></p>	<p><b>08.30, 09.30, 10.30 hodin</b> Sál – suterén</p>	<p><b>Lehké relaxační cvičení</b> Ručník s sebou!</p>	
<p><b>Pátek</b> <b>9. 12.</b></p>	<p><b>10.00 hodin</b> Bílá klubovna č. 3, 5. patro a Centrální klub seniorů 3. patro</p>	<p><b>Oskar Nedbal – Polská krev</b> Povídání o opeře v Divadelní kavárně s Ninou Vaňkovou</p>	
<p><b>Pátek</b> <b>9. 12.</b></p>	<p><b>14.30 hodin</b> Sál – suterén</p>	<p><b>Pohybem pro radost</b> Cvičení pro seniory v rytmu hudby</p>	
<p><b>Neděle</b> <b>11. 12.</b></p>	<p><b>14.00 hodin</b> <b>Obřadní síň</b> <b>liberecké</b> <b>radnice</b></p>	<p><b>3. Adventní neděle</b> s Jarretem</p>	
<p><b>Pondělí</b> <b>12. 12.</b></p>	<p><b>15.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro</p>	<p><b>Martin Kukučín</b> Slovenský spisovatel-prozaik, dramatik a publicista Beseda s Annou Sadílkovou</p>	
<p><b>Úterý</b> <b>13. 12.</b></p>	<p><b>14.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro</p>	<p><b>Hudební odpoledne</b> <b>s Miloslavem Hadravou a Jiřím Klímou</b> Tradiční odpolední posezení s živou hudbou</p>	
<p><b>Středa</b> <b>14. 12.</b></p>	<p><b>15.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro</p>	<p><b>Starý Liberec v knížkách Egona Wienera</b> Egonovy pohledy a pohlednice Beseda s libereckým publicistou a sběratelem historických pohlednic</p>	
<p><b>Čtvrtek</b> <b>15. 12.</b></p>	<p><b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro</p>	<p><b>Herní odpoledne</b> Pravidelné zápolení ve společenských hrách</p>	
<p><b>Pátek</b> <b>16. 12.</b></p>	<p><b>08.30, 09.30, 10.30 hodin</b> Sál - suterén</p>	<p><b>Lehké relaxační cvičení</b> Ručník s sebou! Poslední cvičení v letošním roce</p>	
<p><b>Pátek</b> <b>16. 12.</b></p>	<p><b>14.30 hodin</b> Sál – suterén</p>	<p><b>Pohybem pro radost</b> Poslední cvičení pro seniory v rytmu hudby v letošním roce</p>	
<p><b>Neděle</b> <b>18. 12.</b></p>	<p><b>14.00 hodin</b> <b>Obřadní síň</b> <b>liberecké</b> <b>radnice</b></p>	<p><b>4. Adventní neděle</b> s Divadlem F. X. Šaldy</p>	

<b>Pondělí</b> <b>19. 12.</b>	<b>10.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou</b>	
<b>Úterý</b> <b>20. 12.</b>	<b>14.00 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>(Před)vánoční posezení v klubu</b> Hrajeme koledy a ochutnáváme cukroví	
<b>Čtvrtek</b> <b>22. 12.</b>	<b>10.00 – 13.00</b> <b>hodin</b> Kuželna Tipsport arena	<b>Tréninkové dopoledne v Kuželně</b>	
<b>Čtvrtek</b> <b>22. 12.</b>	<b>13.30 hodin</b> Centrální klub seniorů, 3. patro	<b>Herní odpoledne</b> Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
<b>Sobota</b> <b>31. 12.</b>	<b>09.30 hodin</b> Sraz na hrázi liberecké přehrady	<b>Tradiční Silvestrovská procházka</b> Možnost občerstvení v penzionu Bílý mlýn ve Starém Harcově na konci přehrady.	

**Příjemné prožití svátků vánočních,  
hodně štěstí a zdraví do roku 2012  
přejí všichni pracovníci Komunitního střediska KONTAKT Liberec**

