

PROGRAM ŘÍJEN 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

Pondělí 3. 10.	09.35 hodin Autobus číslo 12 nástupiště číslo 3	Výlet s René Kucem Směr Broumovská, výstup v Ševčíkově ulici. Trasa povede kolem sušičky a dále ulicemi U Sila, Donskou, Sladovnickou, Sněhurčinou do Starého Harcova a ulicemi Na Nivách k Vlčímu vrchu na autobus číslo 15. Trasa měří 5 km.	
Pondělí 3. 10.	10.00 – 17.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Ukončení evidence přihlášek na Podzimní turnaj v šípkách, který se bude konat ve středu 5. 10. 2011 od 13.30 hodin v sále – suterén	
Pondělí 3. 10.	16.00 hodin Koloseum Společenský sál	Slavnostní zahájení Měsíce seniorů „Severáček seniorům“ Vstupenky jsou v prodeji v Centrálním klubu seniorů od pondělí 26. 9. 2011	
Úterý 4. 10.	14.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Hudební odpoledne s Miloslavem Hadravou a Jiřím Klímou Tradiční odpolední posezení s živou hudbou	
Středa 5. 10.	13.30 hodin Sál – suterén	Podzimní turnaj v šípkách pro seniory, Přihlásit se můžete v Centrálním klubu seniorů ve 3. patře do pondělí 3. 10. 2011	
Čtvrtek 6. 10.	08.00 – 18.00 hodin ZOO Liberec	ZOO bez bariér - Den pro seniory Vstupné pro seniory nad 65 let ve výši 30,- Kč, speciální komentované prohlídky v 09.00 a ve 13.00 hodin	
Čtvrtek 6. 10.	13.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Herní odpoledne Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
Pátek 7. 10.	08.30, 09.30, 10.30 hodin Sál – suterén	Lehké relaxační cvičení Ručník s sebou!	
Pátek 7. 10.	10.00 hodin Bílá klubovna č. 3, 5. patro a Centrální klub seniorů 3. patro	Bedřich Smetana - Tajemství Povídání o opeře v divadelní kavárně s Ninou Vaňkovou	

Pátek 7. 10.	14.30 hodin Sál – suterén	Tančíme v každém věku	
Pondělí 10. 10.	09.30 hodin Autobus číslo 30 Nástupiště číslo 6	Výlet s René Kucem Směr Stráž nad Nisou s výstupem U Mlýna. Odtud povede trasa pod dva tunely, dále polní cestou do ulice Obchodní a Ostašovská a přes letiště do Františkova na autobusovou zastávku Sídliště, autobus číslo 16. Trasa měří 4 km.	
Pondělí 10. 10.	10.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou Podzimní výzdoba – dýně	
Úterý 11. 10.	10.00 – 12.00 hodin Bílá klubovna č. 3, 5. patro	Setkání s Albrechtem z Valdštejna Povídání o životě Zájemci se nahlásí v Centrálním klubu seniorů do pátku 7. 10. 2011. Kapacita účastníků je omezena!	
Čtvrtek 13. 10.	10.00 – 13.00 hodin Kučelna Tipsport arena	Tréninkové dopoledne v Kuželně	
Čtvrtek 13. 10.	13.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Herní odpoledne Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
Čtvrtek 13. 10.	14.00 – 16.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Povídání o Sociálním informačním centru (čím se zabývá, komu je určeno)	
Pátek 14. 10.	08.30, 09.30, 10.30 hodin Sál - suterén	Lehké relaxační cvičení Ručník s sebou!	
Pátek 14. 10.	14.30 hodin Sál – suterén	Tančíme v každém věku	
Pondělí 17. 10.	09.10 hodin Autobus číslo 16 nástupiště číslo 2	Výlet s René Kucem Směr Machnín do zastávky Českolipská. Odtud povede trasa polní cestou a dále ulicemi Pod Strání, Obchodní, Ostašovskou k supermarketu Globus. Trasa měří 4 km.	
Pondělí 17. 10.	15.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Josef Mánes Český malíř, ilustrátor a grafik Beseda s Annou Sadílkovou	
Úterý 18. 10.	14.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Hudební odpoledne s Miloslavem Hadravou a Jiřím Klímou Tradiční odpolední posezení s živou hudbou	

Čtvrtek 20. 10.	13.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Herní odpoledne Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
Čtvrtek 20. 10.	11.00 hodin Před hlavním vchodem do radnice	„Od vrátnice dolů“ Prohlídka radnice s Ing. Jaroslavem Čechem Přihlásit se můžete v Centrálním klubu seniorů ve 3. patře do úterý 18. 10. 2011 Kapacita účastníků omezena!	
Pátek 21. 10.	08.30, 09.30, 10.30 hodin Sál - suterén	Lehké relaxační cvičení Ručník s sebou!	
Pátek 21. 10.	14.30 hodin Sál – suterén	Tančíme v každém věku	
Pátek 21. 10.	10.00 – 17.00 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Ukončení evidence přihlášek na prohlídku vily Hany a Edvarda Benešových, která se koná v sobotu 29. 10. 2011	
Pondělí 24. 10.	09.20 hodin Autobus číslo 20 nástupiště číslo 3	Výlet s René Kucem Směr Pilínkov. Odtud povede trasa ulicemi Maškovou, Pilínkovskou, Puškinovou, Nezdarovou přes Ještědskou do ulice Charbinská a dále ulicí Erbenovou do Dolního Hanychova na tramvaj. Trasa měří 4 km.	
Pondělí 24. 10.	10.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Klub šikovných rukou s Květou Josiekovou	
Úterý 25. 10.	10.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Jak na platební karty (výhoda jejich používání, co dělat v případě zadání chybného PIN, ztráty, či jejich krádeže) Beseda s pracovníkem peněžního ústavu	
Čtvrtek 27. 10.	10.00 – 13.00 hodin Kučelna Tipsport arena	Tréninkové dopoledne v Kuželně	
Čtvrtek 27. 10.	13.30 hodin Centrální klub seniorů, 3. patro	Herní odpoledne Pravidelné zápolení ve společenských hrách	
Sobota 29. 10.	Odjezd v 07.00 hodin od Divadla F. X. Šaldy	Prohlídka vily Hany a Edvarda Benešových v Sezimově Ústí Přihlásit se můžete v Centrálním klubu seniorů do pátku 21. 10. 2011. Počet účastníků omezen!	

Pondělí 31. 10.	09.28 hodin Autobus číslo 24 nástupiště číslo 6	Výlet s René Kucem Směr Radčice. Odtud povede trasa kolem Kapličky ulicemi Švestkovou, Turistickou, Výletní, Polední do Kateřinek k zastávce Janův Most na autobus číslo 13 s odjezdem v 11.18 hodin. Trasa měří 4 km.	
Pondělí 31. 10.	16.00 hodin Lidové sady Experimentální studio	Slavnostní ukončení Měsíce seniorů Recitál Petry Černocké, host pořadu Pavlína Filipovská Prodej lístků v Centrálním klubu seniorů 10. – 21. 10. 2011.	