

MĚSÍČNÍ PROGRAM IC SENIOR

Poradenské informační centrum pro seniory

5. května 251, Plešivec, Český Krumlov

www.dobrovolnictvi.krumlov.cz

ÚNOR 2019

TERMÍN A ČAS	NÁZEV AKCE	TYP AKCE	POZNÁMKA
1.,8.,15.,22. PÁTEK 9.00 – 10.00	KURZ ANGLIČTINY	KURZ ANGLIČTINY POKRAČUJÍCÍ	VEDE DAGMAR VONDRVICOVÁ ŠPIČÁK
1.,8.,15.,22. PÁTEK 10.00 – 11.00	DÁMY V POHYBU	COUNTRY KLUB	VEDE LUDMILA KITZLEROVÁ ŠPIČÁK
4.,11.,18.,25. PONDĚLÍ 11.30 – 12.30	KURZ ANGLIČTINY	KURZ ANGLIČTINY POKRAČUJÍCÍ	VEDE ANNA ŠEDIVÁ VYŠEHRAD
5. ÚTERÝ 9.00 – 10.30	PORADNA VÝŽIVA VE ZDRAVÍ A V NEMOCI	INDIVIDUÁLNÍM ZÁJEMCŮM PORADÍ DIETNÍ SESTRA	VEDE HANA ŠENKÝŘOVÁ PLEŠÍVEC
5. ÚTERÝ 9.00 – 11.00	PORADNA	ZÁKLADNÍ PORADENSTVÍ PRO SENIORY	VEDE MAGDALENA ZRONKOVÁ PLEŠÍVEC
5.,12.,19.,26. ÚTERÝ 9.00 – 10.30	DÁMY V POHYBU	KONDIČNÍ CVIČENÍ	VEDE JINDŘIŠKA FOUSKOVÁ ŠPIČÁK
7.,14.,21. ČTVRTEK	◦ STOŽEC ◦ PODKLETÍ ◦ PRACHATICE	VYCHÁZKA	INFORMACE V ICS
7.,14.,21.,28. ČTVRTEK 9.00 – 11.00 14.00 – 16.00	PORADNA	ZÁKLADNÍ PORADENSTVÍ PRO SENIORY	VEDE MAGDALENA ZRONKOVÁ PLEŠÍVEC
27. STŘEDA 9.00 – 10.30	POLSKO	CESTOVATELSKÁ BESEDA S PROJEKČÍ	VEDE JANA VORLOVÁ PLEŠÍVEC
28. ČTVRTEK 9.30 - 12.00	KRUMLOVSKÁ ZASTAVENÍ	PROCHÁZKA MĚSTEM	VEDE JANA ŠTICHOVÁ INFORMACE V ICS

NENÍ-LI UVEDENO JINAK, JSOU AKCE PRO VEŘEJNOST ZDARMA.

KONTAKTY

ulice 5. května 251, Plešivec, Český Krumlov

Františka Kuncová, vedoucí dobrovolnického informačního centra pro seniory

Magdaléna Zronková, vedoucí Poradenského centra pro seniory

tel.: 608 866 388, e-mail: infosenior@krumlov.cz

ÚT 9:00 – 11:00 hodin (PORADENSKÉ CENTRUM)

ČT 9:00 – 11:00 hodin, ČT 14:00 – 16:00 hodin (PORADENSKÉ CENTRUM)



ICOS Český Krumlov, o.p.s., 5. května 251, Plešivec, 381 01 Český Krumlov

tel./fax: 380 712 202, e-mail: icos@krumlov.cz, www.icos.krumlov.cz

Zřizovatel poradenského a informačního centra pro seniory a Dobrovolnického centra

MĚSÍČNÍ PROGRAM IC SENIOR

Poradenské informační centrum pro seniory

5. května 251, Plešivec, Český Krumlov

www.dobrovolnictvi.krumlov.cz

NENÍ-LI UVEDENO JINAK, JSOU AKCE PRO VEŘEJNOST ZDARMA.

KONTAKTY

ulice 5. května 251, Plešivec, Český Krumlov

Františka Kuncová, vedoucí dobrovolnického informačního centra pro seniory

Magdaléna Zronková, vedoucí Poradenského centra pro seniory

tel.: **608 866 388**, e-mail: infosenior@krumlov.cz

ÚT 9:00 – 11:00 hodin (PORADENSKÉ CENTRUM)

ČT 9:00 – 11:00 hodin, ČT 14:00 – 16:00 hodin (PORADENSKÉ CENTRUM)



ICOS Český Krumlov, o.p.s., 5. května 251, Plešivec, 381 01 Český Krumlov

tel./fax: 380 712 202, e-mail: icos@krumlov.cz, www.icos.krumlov.cz

Zřizovatel poradenského a informačního centra pro seniory a Dobrovolnického centra