

MĚSÍČNÍ PROGRAM IC SENIOR

Poradenské informační centrum pro seniory

5. května 251, Plešivec, Český Krumlov

www.dobrovolnictvi.krumlov.cz

BŘEZEN 2019			
TERMÍN A ČAS	NÁZEV AKCE	TYP AKCE	POZNÁMKA
4.,11.,18.,25., PONDĚLÍ 11.30 – 12.30	KURZ ANGLIČTINY	KURZ ANGLIČTINY POKRAČUJÍCÍ	VEDE ANNA ŠEDIVÁ VYŠEHRAD
5.,12.,19.,26. ÚTERÝ 9.00 – 10.30	DÁMY V POHYBU	KONDIČNÍ CVIČENÍ	VEDE JINDŘIŠKA FOUSKOVÁ ŠPIČÁK
5. ÚTERÝ 9.00 – 11.00	PORADNA VÝŽIVA VE ZDRAVÍ A V NEMOCI	INDIVIDUÁLNÍM ZÁJEMCŮM PORADÍ DIETNÍ SESTRA	VEDE HANA ŠENKÝŘOVÁ PLEŠÍVEC
20. STŘEDA	PRAHA	NÁVŠTĚVA NÁRODNÍHO MUZEA	INFORMACE V ICS
21. ČTVRTEK 9.30 – 12.00	KRUMLOVSKÁ ZASTAVENÍ	PROCHÁZKA MĚSTEM	VEDE JANA ŠTICHOVÁ INFORMACE V ICS
7.,14.,28. ČTVRTEK	° BORŠOV ° MACHOVICE ° KVĚTUŠÍN	VYCHÁZKA	INFORMACE V ICS
7.,14.,21.,28. ČTVRTEK 14.00 – 16.00	PORADNA	ZÁKLADNÍ PORADENSTVÍ PRO SENIORY	VEDE MAGDALENA ZRONKOVÁ PLEŠÍVEC
7.,21. ČTVRTEK 14.00 – 15.00	POČÍTAČOVÝ KURZ	DIGITÁLNÍ FOTOGRAFIE	VEDE MAGDALENA ZRONKOVÁ PLEŠÍVEC
1.,8.,15.,22.,29. PÁTEK 9.00 – 10.00	KURZ ANGLIČTINY	KURZ ANGLIČTINY POKRAČUJÍCÍ	VEDE DAGMAR VONDRONICOVÁ ŠPIČÁK
1.,8.,15. PÁTEK 10.00 – 11.00	DÁMY V POHYBU	COUNTRY KLUB	VEDE LUDMILA KITZLEROVÁ ŠPIČÁK

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

Magdalena Zronková, vedoucí Poradenského centra pro seniory

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

ÚT 9:00 – 11:00 hodin (pokud není akce v terénu)

ČT 14:00 – 16:00 hodin



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