

Měsíční program IC senior
Poradenské a informační centrum pro seniory
5. května 251, Plešivec, Český Krumlov
www.dobrovolnictvi.krumlov.cz

ŘÍJEN 2019			
TERMÍN A ČAS	NÁZEV AKCE	TYP AKCE	POZNÁMKA
7.14.,21., PONDĚLÍ 11.30 – 12.30	KURZ ANGLIČTINY	KURZ ANGLIČTINY POKRAČUJÍCÍ	VEDE ANNA ŠEDIVÁ (VYŠEHRAD)
7.,14. PONDĚLÍ 9.30 – 10.30	DÁMY V POHYBU	HRAJEME PETANQUE	INFORMACE V ICS
1. ÚTERÝ 9.30 – 10.30	PORADNA VÝŽIVA VE ZDRAVÍ A V NEMOCI	INDIVIDUÁLNÍM ZÁJEMCŮM PORADÍ DIETNÍ SESTRA	VEDE HANA ŠENKÝŘOVÁ (PLEŠIVEC)
8. ÚTERÝ	PARDOBICE	VÝLET	INFORMACE V ICS
15.,22.,29. ÚTERÝ 9.00 – 10.30	DÁMY V POHYBU	JÓGA PRO SENIORY	VEDE JINDŘIŠKA FOUSKOVÁ (ŠPIČÁK)
16. STŘEDA 9.30 – 10.30	LIDOVÉ ZVYKY A TRADICE NA ČESKOKRUMLOVSKU V PRŮBĚHU ROKU	PŘEDNÁŠKA	PŘEDNÁŠÍ (PLEŠIVEC) ALICE GLASEROVÁ REGIONÁLNÍ MUZEUM Č.K.
3.,10.,17.,31., ČTVRTEK	° PROCHÁZKA MĚSTEM ° BOUBÍN ° RYCHNOV NAD MALŠÍ ° NOVÉ ÚDOLÍ	VYCHÁZKA	INFORMACE V ICS
24.. ČTVRTEK 9.00 – 10.00	NÁRODNÍ PARKY USA	CESTOVATELSKÁ PŘEDNÁŠKA	PŘEDNÁŠÍ JARMILA HANÁKOVÁ (PLEŠIVEC)
11.,18., 25.. PÁTEK 9.00 - 10.00	KURZ ANGLIČTINY	KURZ ANGLIČTINY POKRAČUJÍCÍ	VEDE DAGMAR VONDRŮVICOVÁ (PLEŠIVEC)
4., 25. PÁTEK 10.00 – 11.00	DÁMY V POHYBU	COUNTRY KLUB	VEDE LUDMILA KITZLEROVÁ (PLEŠIVEC)

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 (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