

Pravidelné záujmové a vzdelávacie stretnutia seniorov pre rok 2021

Deň	Názov krúžku, aktivita	KDE	Čas	Prednášajúci, lektor, organizátor
PONDELOK				
každý	Spevácky krúžok SENIOR –mini zbor	Prameň	9-11.30h	vedú: Mária Scherérová, Eva Brucháčková
každý	Výtvarný krúžok	Prameň	10-11.30h	vedie: dobrovoľníčka DC- M. Horáčková
každý	Kreatívna tvorivosť	Prameň	13-16.00h	vedie: dobrovoľníčka DC – J. Škodová
každý štvrtý	ONKO organizácia –stretnutie výboru	Prameň	14-16.00h	vedie Berčíková Mária
UTOROK				
každý	„Pramienok“ stretnutia ŤZP detí a rodičov	Prameň	9-11.30h	dobrovoľníci DC -L. Štugnerová ,V. Šajgalík N. Trnková, E.Remeň, K.Račáková a K. Kokavcová.
každý	Šikovné ruky -pletieme ,háčkujeme	Prameň	10-11.30h	vedie: dobrovoľníčka DC – D. Adameková
každý	Čínske cvičenie	CVČ	od 14.30h	Marián Laššák
prvý	„Vzdelávaním sa učíme nezabúdať“	Prameň	14-16.00h	vedú: dobrovoľníčky DC- učiteľky škôl
druhý	TURISTIKA –stretnutie podľa počasía		8-16.00h	dobrovoľ: manželia Čukanovci a Spišiakovci
druhý a štvrtý	Posedenie s priateľmi a precvičovanie pamäti	Prameň	14-16.00h	vedú: špec. pedagog. Mgr.Erik Remeň a Mgr. Katarína Račáková - Misericordia Brezno
štvrtý	„Kurz prípravy zdravých pokrmov“	Prameň	13-16.00h	vedie: dobrovoľníčka DC Alena Hýžďalová
STREDA				
každá	Divadelno tanečný mini krúžok STUDNÍČKA	Prameň	9 -11.30h	vedú: dobrovoľ.DC- I.Pampríková ,M.Grafiková
prvá a tretia	Masáž pre seniorov DC	Prameň	8-11.30h	dobrovoľ.DC, odborná masérka S. Medvedová
druhá a štvrtá	Únia nevidiacich slabozrakých	Prameň	9-11.30h	vedie: M.Pančíková pravidelné poradenstvo
druhá	Krásna v každom veku	Prameň	13-14.30h	dobrovoľ. Katarína Jamrichová
prvá	Stretnutie na záhrade jar-jeseň		10-16.00h	aktivity podľa záujmu
každá	Plávanie pre seniorov		13-14.00h	Plaváreň –služba plaváreň Brezno
prvá a tretia	VU3V – on-line (Virtuálna univerzita 3veku)	Prameň	14-17.00h	V spolupráci s partnerským mestom Nový Bydžov PhDr. J. Lemberková, K. Kokavcová
ŠTVRTOK				
každý	Počítačový krúžok	DC,SŠ	9-11.30h	vedú: dobrovoľ. DC – M.Klimek, D. Lupták
prvý	Poradňa zdravia: tlak, tuk,cukor,cholester.	Prameň	7-11.00h	RÚVZ B. Bystrica objednať sa v DC -Prameň
každý	Vzdelávanie anglický a nemecký jazyk	Prameň	8-11.30h	dobrovoľ. DC ,AJ- E.Fašková,NJ -E.Martoníková
tretí	Prednášky Stretnutia „S“	Prameň	13-14.00h	odborné - právne, sociálne zdravotné....
každý	Posedenie s priateľmi	Prameň	14-16.00h	vedie: služba denného centra „Prameň“
Prvý,druhý,štvrtý	Výborová činnosť mestských organizácií	Prameň	14-16.00h	stretnutia podľa mesačného plánu
každý	Čínske cvičenie	CVČ	od 14.30	Marián Laššák
každý	ZUMBA	CVČ	18-19.00h	CVČ. Školská ul. lektor -K. Kováčiková Šperková
PIATOK				
prvý	Spoločenské hry pre seniorov	Prameň	9-11.00h	Katarína Kokavcová
	Stretnutia Samosprávy DC-Prameň	Prameň		Katarína Kokavcová
	Redakčná rada	Prameň		Katarína Kokavcová + seniori
Rôzne				
	Odborné prednášky MISERICORDIA	Prameň		právne ,psychologické, zdravotné....
	Stretnutia a vzdelávania so školami	Prameň		SOŠTaS, Gymnázium, ZŠ s MŠ, Špeciálna škola
	Literárne stretnutia	Prameň		v spolupráci so školami
	Vzdelávania v rôznych oblastiach	Prameň		podľa požiadaviek a záujmu
	Centrum Právnej pomoci pre seniorov	Prameň		
	Kvízy ,skupinové súťaženie seniori- juniori	Prameň		v spolupráci so školami a mater. školami
	Príprava kultúrnych programov	Prameň		
	Aktivity v záhrade podľa dohody			

INFORMÁCIE nájdete v úradnej tabuli pred vstupom do DC „Prameň“ a pred Mestským domom kultúry

Aktivity budú prebiehať za prísnych epidemiologických opatrení, rešpektujte prosím pokyny zamestnanca DC!