

PROGRAM KOMUNITNÍHO CENTRA od 1/2026

PONDĚLÍ

8:00 – 9:00

Italština

10:00 – 11:30

Angličtina

ÚTERÝ

8:00 – 10:00

Klub „Švadlenka“

8:00 – 10:00

Klub „Kreativ“

10:30 – 12:00

Angličtina

15:00 (16:00)

* Přednášky, besedy

STŘEDA

8:30 – 10:00

Klub „Klubíčko“

10:00 – 12:00

Klub „Kreativ“

10:00 – 15:00 (po domluvě)

„STÁLE JSEM TO JÁ“

(určeno všem, kterým byla diagnostikována Alzheimerova choroba či jiné obdobné onemocnění způsobující demenci)

15:00 (16:00)

* Přednášky, besedy

ČTVRTEK

8:30 - 10:30

Tvořivé ruce

10:45 – 12:00

Dámský klub „Živá voda“

9:45 – 10:45

Cvičení pro seniory (Pastorační centrum)

11:00 – 12:00

Tanec pro seniory (Pastorační centrum)

PÁTEK

9:00 – 10:00 (2x měsíčně)

Společenská hodinka aneb trénink paměti hrou

*1 – 2x měsíčně

Výlety* + Knihovna (průběžně)

INFORMACE - KONTAKT: tel.: 731 131 951**www.ostrava.charita.cz, e-mail: gabriel@ostrava.charita.cz**