

# KLUBY PRO SENIORY

I. pololetí roku 2022

Odbor sociálních věcí a zdravotnictví pod záštitou místostarosty Michala Najbrta si dovoluje pozvat všechny seniorky a seniory na akce, které se konají i mimo běžný program v klubech seniorů města Kolín v první polovině roku 2022:

10. 1. **13.30 h, hudební pondělí s tancem**, pravidelně každé pondělí, ul. Benešova
1. 2. **13.30 h, beseda s organizací Dementia – veřejná osvěta, vzdělávání a poradenství (Alzheimerova nemoc nebo jiný typ demence)**, ul. Benešova
15. 2. **13.30 h, Český červený kříž – mozková příhoda (rizikové faktory, příznaky)**, ul. Benešova
8. 3. **13.30 h, beseda s organizací Život Plus – poradenství v oblasti tísňové péče**, ul. Benešova
22. 3. **13.30 h, Český červený kříž – měření tlaku, cukru a BMI**, ul. Benešova
29. 3. **13.30 h, Hasičský záchranný sbor Kolín – beseda**, ul. Benešova
5. 4. **14.00 h, aromaterapie – beseda o alternativní terapii**, ul. Benešova
11. 4. **14.00 h, velikonoční tvoření pro seniory**, Štítary
12. 4. **13.30 h, velikonoční tvoření pro seniory**, ul. Benešova
12. 4. **13.30 h, Český červený kříž – sladká cukrovka (vznik a prevence diabetu, typy diabetu, dědičnost, vliv výživy a pohybové aktivity na zlepšení stavu nemoci)**, Štítary
26. 4. **13.30 h, kosmetická poradkyně – jak na zralou pleť, jak se líčit v seniorském věku, ukázka líčení (senior make-up)**, ul. Benešova
3. 5. **13.30 h, práce Městské policie Kolín v obrázcích – práce policie nejen v kuriózních situacích**, ul. Benešova
4. 5. **13.30 h, beseda s Městskou policií Kolín na téma bezpečnost seniorů**, Štítary
17. 5. **13.30 h, Český červený kříž – měření tlaku, cukru a BMI**, Štítary

Pokud vás program zaujal, je možné získat více informací u pracovnice Odboru sociálních věcí a zdravotnictví Městského úřadu v Kolíně Moniky Kroupové, DiS. sídlící na adrese: Karlovo náměstí 45, 2. patro, tel.: 321 748 208.

Vyhrazujeme si právo na změnu.

**Město Kolín provozuje pravidelně kluby se sídlem:**

**Kolín II, Benešova ul. 644**

Provozní doba:

pondělí–pátek 13.00–17.00 h

Kontaktní osoba: Jiřina Nedbalová

**Kolín – Štítary, Na Návsí 34**

Provozní doba:

pondělí–pátek 14.00–18.00 h

Kontaktní osoba: Monika Kroupová

Klubová činnost probíhá bezplatně, symbolické vstupné či finanční příspěvek se vybírá pouze na jednotlivé akce (tvoření a výlety).

