



# Pečovatelské centrum Praha 7

## Programy pro seniory – leden 2020

### Dům s pečovatelskou službou Tusarova 42

- Čtvrtek 9. 1. 2020, 15:00  
Host: zpěvák a herec **Josef Laufer**, besedu uvádí Jakub Horváth
- Čtvrtek 16. 1. 2020, 15:00  
**Pějme píseň dokola** – s Dušanem Bitalou
- Čtvrtek 30. 1. 2020, 14:00  
Cestovatelský klub: **Zakynthos**

### Každý týden pořádáme v DPS Tusarova pro veřejnost:

- Pondělí: 10:30 - 11:30  
zdravotní cvičení s Věrou Havlovou
- Pondělí 15:00 – 16:00  
setkání s farářkou Církve československé husitské paní Evou Ševčíkovou
- Úterý: 9:00 - 10:00  
zdravotní cvičení pro zdatnější seniory s Olgou Chválovou
- Úterý 10:00 - 11:00  
zdravotní cvičení na židlích s Olgou Chválovou
- Úterý 14:00 - 15:00  
trénink paměti s Evou Outratovou

### Dům s pečovatelskou službou U Studánky 15

- Středa 8. 1. 2020, 15:00  
Host: hudební producent a skladatel **Zdeněk Barták**, besedu uvádí Jakub Horváth
- Středa 15. 1. 2020, 15:00  
**Šmejdi a nekalé obchodní praktiky**, přednáška z cyklu právní minimum pro seniory
- Středa 22. 1. 2020, 15:00  
**Hodinka pozitivního myšlení** s Larisou Francírkovou

### Každý týden pořádáme v DPS U Studánky pro veřejnost:

- Pondělí: 9:30 - 10:30  
zdravotní cvičení s Jarmilou Frančeovou
- Pondělí 14:30 - 15:30  
trénink paměti s Evou Outratovou

**Vítáme všechny seniory, není třeba registrace předem. Vstup pro seniora i případný doprovod zdarma.**