



Aktivní senior 2020 aneb Setkávání při sportu, zábavě i vzdělávání



Kalendář akcí pro aktivní seniory 2020

Od února 2020 – Klub aktivních seniorů

Každý týden jiná aktivita: trénování paměti, deskové hry, tvoření, besedy s odborníky aj. Vstup volný pro všechny seniory.
Klub seniorů, Sokolovská 393, Kopřivnice, každý čtvrtek 14:00-16:00

23.01.2020 – Turnaj v bowlingu

Přátelské klání v hodu koulí na kuželky.
Bowling centrum Kopřivnice – v 10 hodin

05.02.2020 – Sejdeme se, zaspíváme, dobrý vtip si k tomu dáme

Již tradiční společné zpívání při harmonice i kytáře s Ing. L. Piskořem.
Vila Machů Kopřivnice (bývalé loutkové divadlo) – ve 14 hodin

05.02.2020 – Vernisáž výstavy „Na motivy...“

06.02.-25.02. výstava posluchaček podzimního kursu kreslení Akademie třetího věku.
Čítárna knihovny, KDK – ve 14 hodin

02.03.2020 – Na cestách

Beseda s cestovatelem Vladimírem Váchalem.
Zasedací místnost v 10. patře radnice – 14 hodin

04.03.2020 – Mezigenerační střety – jejich příčiny a možná řešení

Přednáška pro posluchače A3VK a VU3V s PhDr. Terezou Kimplovou, PhD.
Akademická posluchárna v KDK

08.03.2020 – Hra s příběhy II. – kurz tvůrčího psaní

První ze čtyř lekcí základů tvůrčího psaní.
Skautské centrum Vanaivan – 15:00-17:00 hodin

11.03.2020 – Nedovolte mozku stárnout

Přednáška s Bc. Lucií Kazlepkovou o tom, jak pečovat o svou paměť, tipy na každodenní cvičení.
Akademická posluchárna v KDK – 9 hodin

16.03.2020 – SENIORCOMP

Úvodní schůzka zájemců o výuku i zdokonalování v práci na PC
- určeno pro začátečníky i mírně pokročilé.
Skautské centrum Vanaivan – v 17 hodin

30.03.2020 – Základy první pomoci

Přednáška zdravotnické záchranářky Simony Večerkové.
Zasedací místnost v 10. patře radnice – 14 hodin

23.04.2020 – Jarní seniorské odpoledne

Tradiční kulturně-společenská akce s programem i tancem.
Velký sál KDK – v 17 hodin

14.05.2020 – Outdoorové dopoledne na Vanaivanu

Oblíbená sportovně zábavná akce ve spolupráci se Skautským centrem Vanaivan.
Skautské centrum Vanaivan – v 8:30 hodin

03.06.2020 – Cyklovýlet

Cykloputování pro milovníky jízdy na kole. Trasu se včas dozvíte.
Odjezd z parkoviště u hotelu TATRA Kopřivnice

25.06.2020 – Od jamky k jamce

Zábava při hře minigolfu. Pro ostřílené hráče i úplné začátečníky.
Hřiště minigolfu v areálu koupaliště – v 8:30 hodin

09.09.2020 – Turisticko-poznávací zájezd

Kam? To bude překvapení.
Odjezd z parkoviště u hotelu TATRA Kopřivnice

07.09.2020 – Přihlašování do Akademie třetího věku – 19. ročník

Čítárna knihovny, KDK

06.10.2020 – Zahájení zimního semestru Akademie třetího věku

Akademická posluchárna v KDK

říjen 2020 – Kurzy práce na počítači a chytrém telefonu

3 samostatné lekce. Termíny budou upřesněny.
Skautské centrum Vanaivan

22.10.2020 – Zábavné soutěžní odpoledne

Převážně nevázně si zasoutěžíme, pobavíme se, možná se i něco nového dozvíme.
Zasedací místnost v 10. patře radnice – 14 hodin

26.11.2020 – Podzimní seniorské odpoledne

Tradiční kulturně společenská akce s programem i tancem.
Velký sál KDK – 17 hodin

Další informace na:

www.koprivnice.cz/aktivnisenior
www.facebook.com/aktivnisenior
<https://aktivnisenior.rajce.idnes.cz>



Sledujte prosím upoutávky na jednotlivé akce v místních sdělovacích prostředcích a na plakátovacích plochách. Drobné změny nejsou vyloučeny! Máte návrhy, nápady či připomínky? Neváhejte a kontaktujte nás!

Kontaktní osoby:

Mgr. Pavla Zrunková - MÚ Kopřivnice – OSVZ, 2. poschodí, č. dv. 243
Tel: 556 879 460, e-mail: pavla.zrunkova@koprivnice.cz

Lucie Kazlepková - Knihovna Kopřivnice, KDK
(pro Akademii III. věku a Trénování paměti)
Tel: 556 808 420, e-mail: kazlepkova@kdk.cz

Dana Žambochová - Skautské centrum VANAIVAN (pro SENIORCOMP)
Tel: 603 228 175, e-mail: dana.zambochova@vanaivan.cz

Financováno v rámci dotačního Programu na podporu zdravého stárnutí v Moravskoslezském kraji na rok 2020