

**Denné centrum na ul. Obrancov mieru 1769/2,
v zriaďovacej pôsobnosti Mesta Dolný Kubín**

Voľnočasové aktivity pre záujemcov – AUGUST 2019		
Dátum	Popis aktivity	Kde a Čas
INDIVIDUÁLNE AKTIVITY		
Denne	Individuálne sociálne poradenstvo	Denné centrum
SKUPINOVÉ AKTIVITY		
5.8. 12.8. 19.8. 26.8.	Spevokol DC (piesne regiónu)	Denné centrum 13:30 - 16:00
13.8. 16.8.	Nové technológie v praxi (práca s fotografiou) <i>Záujem je potrebné vopred nahlásiť v DC.</i>	Denné centrum 9:00 – 11:00
5.8. - 6.8. 12.8. - 13.8. 19.8. - 20.8. 26.8. - 27.8.	Cvičíme a posilňujeme (skupinové alebo individuálne cvičenia aj na posilňovacích strojoch) <i>Záujem je potrebné vopred nahlásiť v DC.</i>	Denné centrum mini telocvičňa 9:15 - 9:50 10:00 - 10:45
8.8. 15.8. 22.8.	Spevácka skupina DC BAND (folkové a retro piesne)	Denné centrum 9:00 - 11:00
8.8. 15.8. 22.8.	Spevácka skupina NEZÁBUDKY (folklórne piesne)	Denné centrum 13:00 - 16:00
21.8.	Tréning mozgu kreatívne cvičenia využívajúce krátkodobú pamäť a zmyslového vnímania <i>Záujem je potrebné vopred nahlásiť v DC.</i>	Denné centrum 9:30 - 11:30
5.8 - 7.8. 14.8.	Záhrada volá - práce v záhrade (zber a spracovanie sezónneho ovocia).	Záhrada DC 10:00 - 12:00

	Stolný tenis DC <i>prebieha podľa harmonogramu v budove ZOS na ul. Obrancov mieru č. 1778/7 Svoj záujem je potrebné vopred nahlásiť v DC.</i>	
Denne	Ľudová izba tradícií - ako sa kedysi žilo <i>prehliadka starodávnych vecí našich predkov</i>	Denné centrum 10:00 - 16:00
Denne	Knižnica – čítareň DC <i>posedenie pri čítaní zaujímavých kníh a časopisov, darovaných našimi obyvateľmi.</i>	Denné centrum 10:00 – 16:00
Denne	Záhrada DC <i>Prijemný oddych a posedenie v tieni stromov</i>	Denné centrum 10:00 – 16:00
30.8.	AGAPÉ party posedenie s priateľmi pri hudbe a šálke dobrého čaju spojené so zaujímavým kvízom	Denné centrum 12:00 – 15:30
Utorok Streda Štvrtok	Spoločenské hry karty, človeče nehnevaj sa, domino, vedomostné spoločenské hry, šachy, puzzle, vyhraj milión + 303 iných hier.	Denné centrum 13:00 - 16:00
KOMUNITNÉ AKTIVITY		
28.8. streda	Spomienka na 75.výročie SNP <i>(schôdza klubu dôchodcov spojená so spomienkou na udalosti SNP)</i>	Denné centrum o 14:00 hod.
	<i>Zmena plánu aktivít vyhradená</i>	

Aj takto sa o Vás staráme ☺