

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

Voľnočasové aktivity pre záujemcov – OKTÓBER 2019		
Dátum	Popis aktivity	Kde a Čas
INDIVIDUÁLNE AKTIVITY		
Denne	Individuálne sociálne poradenstvo	Denné centrum
SKUPINOVÉ AKTIVITY		
7.10. 14.10. 21.10. 28.10.	Spevokol DC (spieva Lorem Cantus)	Denné centrum 13:30 - 16:00
8.10. 22.10.	Nové technológie v praxi (práca s PC) <i>Záujem je potrebné vopred nahlásiť</i>	Denné centrum 9:00 – 11:00
1.10. 7.10 8.10. 14.10.	Cvičíme a posilňujeme (skupinové alebo individuálne cvičenia aj na posilňovacích strojoch) <i>Záujem je potrebné vopred nahlásiť</i>	Denné centrum mini telocvičňa 9:15 - 10:00 10:15 - 11:00
3.10. 10.10. 24.10. 31.10.	Spevácka skupina DC BAND (folkové a retro piesne)	Denné centrum 9:00 - 11:00
3.10. 10.10. 24.10. 31.10.	Spevácka skupina DC NEZÁBUDKY (folklórne piesne)	Denné centrum 13:00 - 16:00
2.10. 16.10.	Ručné práce (kreatívna tvorba – výroba vencov)	Denné centrum 10:00 – 12:00
15.10.	Cvičenia pamäti (hravou formou na podporu pamäti) <i>Záujem je potrebné vopred nahlásiť</i>	Denné centrum 9:30 - 11:30
25.10. piatok	RETRO párty spojená s návštevou detičiek z MŠ z ul. Obrancov mieru, ktorí zaspievajú seniorom.	Denné centrum 14:00 – 18:00

PRAVIDELNÉ AKTIVITY		
Denne	EUDOVÁ IZBA tradícií ako sa kedysi žilo prehliadka starodávnych vecí je stále k dispozícii	Denné centrum 10:00 - 16:00
Denne	Stolný tenis (záujem je potrebné vopred nahlásiť)	Denné centrum 10:00 - 12:00
Denne	ČITÁREŇ -Knižnica posedenie pri dobrej knihe	Denné centrum 10:00 – 16:00
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		
3.10. štvrtok	O.Z. KARDIO klub má spoločenské stretnutie v záhrade DC	Denné centrum 13:00 - 16.00h.
9.10. streda	Spoznávame svoj región: zájazd do múzea kávy v Krušetnici, spojený s návštevou klientov CSS Studienka v Novoti (účastníci DC Kňažia a spevokol Lorem Cantus)	Zájazd DC nástup o 9:00h. od Pošty na Aleji Slobody
17.10. štvrtok	Slávnostná akadémia v rámci mesiaca Úcty k starším s programom: ocenenie dobrovoľníkov, koncert FS Vrchári, zábava pre seniorov mesta.	MsKS 16:00-22.00 h.
21.10. pondelok	Spevokol Lorem Cantus spieva pre klientov ZpS a DSS na ul. M. Hattalu v Dolnom Kubíne.	13:00 hod.
27.10. nedeľa	Slávnostné spoločenské posedenie seniorov v rámci mesiaca Úcty k starším v Dennom centre Kňažia	13:00 hod.
29.10. utorok	Spoločenské posedenie pre klientov ZOS spievajú DC Nezábudky.	Zariadenie opatr. služby 17:00-20.00 h.

Aj takto sa o Vás staráme ☺