

Family Point a Senior Point v září

Okružní 21, 638 00 Brno-Lesná

www.ksomega.cz tel.: 797 726 225

Otevírací doba: po-pá 9:00 – 17:00

úterní odpoledne a středeční dopoledne – poradenství pro seniory

Dne 28. září máme zavřeno – Den české státnosti.

PRAVIDELNÝ PROGRAM PRO SENIORY

- 1. středa 10:00 – 11:00 **Zpíváme si pro radost**
- 2. středa 9:15 – 10:15 **Trénink paměti I. skupina**
10:30 – 11:30 **Trénink paměti II. skupina**
- 3. středa 10:00 – 11:00 Cvičení pro zdraví **kapacita naplněna**
- 4. středa 10:00 – 11:00 **Společenské hry: Tvoření z lega**
- 5. středa 10:00 – 11:00 **Cvičení očí** s Janou Zedníčkovou
- 3., 10., 17. a 24. 9. 10:00 – 11:00 **Seniorky cvičí sobě***
- 18. a 25. 9. 10:00 – 11:00 **Senior jóga***
- 10. a 24. 9. 9:30 – 11:30 **Tvořivé dílny pro seniory**
s Chytrou péčí **kapacita naplněna**

*Doporučujeme vzít si sportovní oděv, ručník a podložku.

PRAVIDELNÝ PROGRAM PRO (PRA)RODIČE S DĚTMI

- každé pondělí 10:30 – 11:30 **Spolek tvůrčích (pra)rodičů s dětmi**
- 14. 9.** 10:00 – 12:00 **Podpůrná skupinka pro kojení s Mamilou**

SOCIÁLNĚ-PRÁVNÍ PORADNA pro seniory se koná **8. září 2026.**

Objednávejte se na tel. **797 726 225** nebo emailu **lesna@seniorpointy.cz**

Vernisáž výstavy **Podzimního salonu US Parnas** se koná **10. 9. v 18 hod.**

Prosíme zájemce o zhlédnutí výstavy, aby se předem telefonicky informovali o přístupnosti výstavních prostor. Děkujeme.

Sledujte nás na FB @FSPlesna nebo IG @family_a_senior_point_lesna.