

Klub aktivních seniorů

Zveme vás na další z pravidelných měsíčních setkání Klubu aktivních seniorek a seniorů v prostoru klubu Muzea Nepomuk – vždy poslední úterý v měsíci.

25. srpna v 10.00–11.30 (další 29. 9., 27. 10.)



Program setkání

Novinky: kdy, kde, co

Vzájemně se informujeme o novinkách, tipech, doporučeních a zajímavých akcích v Nepomuku a okolí.

Čtení z knihy na pokračování:

Jiřina Šiklová: *Deník staré paní, 2. kapitola*

Beletristický návod známé české socioložky s prvky populárně-naučné literatury, jak zvládat stáří a prožít je šťastně a smysluplně, je užitečný čtenářům bez ohledu na kalendářní věk.

Společně si lámeme hlavu a vyprávíme si: sudoku / uhádni písničku / na jaký obraz myslím? / slovní portrét / proč tu věc mám?

Krátká ukázka protahovacích cvičení

Hudební rozloučení:

Charles Koechlin, *Esquisses, II., op. 41*

Charles Koechlin, *Esquisses, XII. Allegretto con moto quasi allegro, op. 41*

Nápady na příště? a volný program

Těšíme se na vás

Marie Roubová a kol.