



KLUB PRO SENIORY

LISTOPAD/PROSINEC 2026

DŮM NA PLÁNI DUBNÉ, KŘENOVICE 168

TERMÍN	NÁZEV AKCE	KDO/LEKTOR
KDY: ČTVRTEK 12. 11. 2026 13:00 – 14:30 KDE: Dům Na Pláni	BEZPEČNÝ INTERNET Naučte se odhalovat internetové podvodníky, falešné zprávy i podezřelé e-maily dříve, než dostanou šanci vás nachytat. Přijďte si to vyzkoušet.	Martin Řehka, MiracleHelp
KDY: ČTVRTEK 3. 12. 2026 13:00 – 14:30 KDE: Dům Na Pláni	SETKÁNÍ S DĚTMI Předvánoční setkání s dětmi z místní Mateřské a Základní školy, tvoření, koledy ad.	Mateřská a Základní škola Dubné
KDY: ČTVRTEK 10. 12. 2026 13:00 – 14:30 KDE: Dům Na Pláni	ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI Přijďte se dozvědět praktické informace o první pomoci.	Mgr. Věra Hellerová Ph.D. Zdravotně sociální fakulta Jihočeské univerzity
KDY: ČTVRTKY 15:30 – 16:30	JÓGA PRO SENIORY V tělocvičně Základní školy Dubné.	Ing. Jiří Šilha
Pokud není uvedeno jinak, je akce pro příchozí zdarma. Potkáváme se každý sudý čtvrtek. Přijďte mezi nás. Zkontaktovat mne můžete zde: ☎ 605 215 882 ☒ zronkova@icosck.cz Změna program vyhrazena.		