



Spolufinancováno  
Evropskou unií



# KLUB PRO SENIORY

## KVĚTEN 2025

DŮM NA PLÁNI DUBNÉ, KŘENOVICE 168

TERMÍN	NÁZEV AKCE	KDO/LEKTOR
<b>KDY:</b> ČTVRTEK 15. 5. 2025 13:00 – 14:30 <b>KDE:</b> Dům Na Pláni	<b>KVĚTNOVÉ SETKÁNÍ</b> Společné setkání s dětmi ze Základní školy Dubné.	Mgr. Tereza Benešová, Mgr. Stanislava Holá, Mgr. Marie Ficl- Sedláková, ZŠ Dubné
<b>KDY:</b> ČTVRTKY 15:30 – 16:30	<b>JÓGA PRO SENIORY</b> V tělocvičně Základní školy Dubné.	Ing. Jiří Šilha
<b>KDY:</b> ČTVRTEK 29. 5. 2025 13:00 – 14:30 <b>KDE:</b> Dům Na Pláni	<b>DÁLKOVÉ POCHODY</b> Vyprávění o zážitcích z dálkových pochodů v seniorském věku. Tipy na vhodné vybavení, oděv a obutí, organizace a druhy pochodů.	Ing. Bedřich Navrátil
<p>Pokud není uvedeno jinak, je akce pro příchozí zdarma. <b>Potkáváme se každý sudý čtvrtek. Přijďte mezi nás.</b> Zkontaktovat mne můžete zde: ☎ <b>605 215 882</b> ✉ <a href="mailto:zronkova@icosck.cz">zronkova@icosck.cz</a>. Změna program vyhrazena.</p>		

*Tato akce je součástí projektu CZ.03.02.01/00/22\_008/0000007  
„Podpora rodin a seniorů na území MAS Blanský les – Netolicko“, který  
je podpořen z prostředků Evropského sociálního fondu.*



**Dobrovolnické  
centrum**  
pracoviště iCOS

🏠 **Dobrovolnické centrum**  
5. května 251, Plešivec  
381 01 Český Krumlov

☎ **774 719 767**  
✉ [dobrovolnictvi@icosck.cz](mailto:dobrovolnictvi@icosck.cz)  
📄 [dobrovolnictvi.icosck.cz](http://dobrovolnictvi.icosck.cz)