



POČERNICKÝ SENIORSKÝ DEN ZDRAVÍ

nejen pro seniory

areál Dětského domova v zámeckém parku

pátek 23. 7. 2021 od 14.00

prezentace Komunitního centra a Seniorské obálky
rehabilitační cvičení, masáže
pétanque, kriket

Moudrá sovička aneb jak si poradit s moderními technologiemi
dovednostní soutěže, deskové hry ...

občerstvení na grilu zajištěno (sele, krůta)
slosování účastnických lístků o zajímavé ceny

k poslechu i tanci Vám od 16. hod. zahraje kapela

NEW DODO BAND III.

KONÁ SE ZA KAŽDÉHO POČASÍ, TĚŠÍME SE NA VÁS

Vlastní kulinářské výtvary vítány (buchtý apod.) 😊

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

Sponzoři cen: Rang De Basanti, Lázně U Hastrmana, Hotel Svornost, Restaurace Na Kempu,
Restaurace U Koníčků, Penzion Český statek a další... Děkujeme :-)





Vážení senioři,

dovolujeme si Vás pozvat na odpolední setkání v pátek 23.7.2021, které již 5. rokem úspěšně rozšiřuje nabídku dolnopočernických kulturních, sportovních a společenských akcí. Tentokrát se uskuteční v areálu Dětského domova (DD), vstup bude možný z parku nebo z ul. Národních hrdinů přes hlavní bránu DD.

Máme pro vás připraveno několik stanovišť, kde se můžete tak trochu vrátit do věku Vašeho mládí a vyzkoušet si např. deskové hry, naučit se základům kroketu či pétangue, zahrát si pingpong, zkusit trefit basketbalový koš nebo fotbalovou branku. Také si vyzkoušíte naučit se lépe využívat mobilní telefon či tablet. Na stanovišti rehabilitačního cvičení si protáhnete celé své tělo a zaslouženou odměnou bude již tradičně chvilka na masážním stole...

Dalším lákadlem může pro Vás být prohlídka budoucího Komunitního centra (KC), které pro seniory buduje naše MČ v čp. 366 vedle pošty a informačního centra. Prostorami budete provázeni po skupinkách a zájemce seznámíme s plánovanými aktivitami KC.

Rádi Vás na akci uvítáme, i kdyby se Vám nechtělo soutěžit. Odhodte zábrany a přijďte jen tak posedět, zakousnout a popít něco dobrého při poslechu dobré hudby. Jako náhradu za neuskutečněné Vánoční setkání Vám nabídneme pivo, víno, grilované sele či krůtu, klobásky a sýry, díky dalším sponzorům i nealko, ovoce a „cuc na kládě“ (= nanuk 😊)

Můžete navázat nová přátelství a třeba budete mít štěstí v závěrečném slosování o věcné ceny (toho se ovšem můžou zúčastnit opravdu jen soutěžící senioři s účastnickým lístkem :-)

Čekají na Vás vouchery do místních restaurací, poukázky na služby, potraviny... Nějaké malé pohoštění můžete přinést i Vy pro návštěvníky na stůl.

Doporučujeme vstup na akci hlavně očkovaným seniorům.

U vchodů bude k dispozici dezinfekce a naši pořadatelé budou též dokládat absolvované očkování, prodělání COVIDu nebo aktuální test.

Těšíme se na Vás 😊

za Oázu Dolní Počernice
Markéta Brožová