

## **Plán činnosti Klubu důchodců Napajedla na rok 2017**



Schůzky budou probíhat pravidelně každé 2. úterý v měsíci od 14.00 hodin v jídelně Domu s pečovatelskou službou v ul. Sadová s následujícím hlavním programem:

- 10. ledna:** **Aktuální informace o změnách v sociální oblasti od 1.1.2017, informace o aktivní činnosti seniorů ve městě** - vedoucí odboru sociálních věcí MěÚ a předseda sociální komise  
**Seznámení** se s hlavními tématy plánu činnosti na r. 2017
- 14. února:** **Napajedla v obrazech** – beseda o historii města
- 14. března:** **Holandské prázdniny** – beseda s ved. městské knihovny  
Vyhodnocení vánočního kvízu a nabídka využití internetu v knihovně pro seniory zdarma
- 11. dubna:** **Fyzioterapie** – o diagnostice, léčbě a prevenci poruch pohybového systému organismu včetně jejího významu a používaných metodách
- 9. května:** **Sváteční odpoledne ke Dni matek**  
– zpíváme a hrajeme si s dětmi z MŠ - mezigenerační program  
**Procvičujeme jemnou motoriku**, Informace o chystaném zájezdu
- 6. června:** **Turnaj v pétanque** – od 14.00 hod. hřiště pro seniory za lékárnou
- 13. června:** **Hasiči Napajedla – 135 let od založení**  
- beseda o historii spolku, vzájemné souvislosti mezi Jednotkou SDH a SDH a jejich významu, vč. preventivní činnosti (požární rizika, která seniory v současné společnosti ohrožují)
- 15. června:** **Zájezd**  
Tovačov - zámek,  
Hanácký Jeruzalém – prohlídka historického jádra města Prostějova  
– celodenní zájezd vč. zaj. oběda

- Červenec, srpen:** Prázdniny – probíhají ostatní aktivity Klubu.
- 12. září:** **Výživové poradenství** - beseda  
Informace o zájezdu
- 21. září:** **Zájezd** - polodenní
- 10. října:** **Zábavné odpoledne ke Dni seniorů** (1.10.) s H. Svobodovou  
**Bezpečnost seniorů aneb jak se nestát obětí** – prevence
- 14. listopadu:** **Zajímavosti ze života Mysliveckého spolku Napajedla**  
– beseda s předsedou spolku  
Po schůzce posezení v restauraci (dle zájmu)
- 12. prosince:** **Vánoční klubové posezení** – **vánoční zvyky a zpívání**

V průběhu měsíce prosince se uskuteční na sokolovně **Vánoční beseda pro důchodce**, kterou pořádá Sbor pro občanské záležitosti města Napajedla.

Pozn. Změna programu vyhrazena.

### **Další aktivity Klubu: „Zdravé a aktivní stárnutí“**



**Deskové a karetní hry** - každé úterý (mimo hlavní program) v jídelně DPS Sadová od 14.00 hodin.

**Cvičení seniorů na židlích** - každou středu v jídelně DPS Sadová od 14.30 hodin.

**Cvičíme venku** – využíváme cvičební stroje **na hřišti pro seniory** za lékárnou – kdykoliv.

**Nacvičujeme hru pétanque** – hřiště pro seniory za lékárnou – kdykoliv,

zúčastňujeme se turnajů pořádaných KAS Napajedla a Zlínským krajem (termín dle pozvánky).

Mimo dohodnuté termíny a dle zájmu mají senioři možnost během roku navštívit muzejní výstavy v Napajedlích, koncerty vážné hudby, představení Divadelního festivalu, program Kina (vč. filmů pro seniory) a další akce pořádané Klubem kultury a městem. Dále mají možnost zúčastnit se akcí pořádaných pro veřejnost Domem dětí a mládeže Matýsek a jednotlivých aktivit Klubu důchodců při DPS 90 (Pod Kalvárií) a Klubu aktivních seniorů – klubovna v budově kláštera (vchod z dvorního traktu).

Jednotlivé pozvánky a propagační materiály, včetně pozvánek na akce organizované Klubem aktivních seniorů (zájezdy, pétanque, výlety, nordick walking-nácvik chůze s hůlkami) budou aktuálně předávány na jednotlivých schůzkách KD.

Pozvánky je možno sledovat i prostřednictvím infokanálu kabelové televize.

Alena Kašná v. r.  
vedoucí odboru sociálních věcí