



**SeniorPoint**  
KONTAKTNÍ MÍSTO PRO SENIORY

# PRAVIDELNÉ AKCE

DUBEN 2026

## **PRAVIDELNÉ AKCE...**

**Pondělí 13. a 27.4.2026 – od 9:00 hodin – PETANGUE – tělocvična AZ CENTRA, nutné boty s bílou podrážkou nebo silné ponožky.)**

**Pondělí 20. 4.2026 – od 9. 00 hodin – ŠIPKOVÝ TURNAJ, kancelář Senior pointu.**

**Pátek 17.4. 2026 od 9.00 do 11.00 hodin „Mozkohrátky“ pod vedením Terezy Loužecké. V kanceláři AZ CENTRA.**

**Středa 15.4.2026 od 8.00 – 16.00 hodin – PORADENSKÝ DEN V SENIOR POINTU**

**HAVLÍČKŮV BROD – ALZHEIMER PORADNA KRAJE VYSOČINA – nutná rezervace 561 111 323 nebo 733 629 018**

**Čtvrtek 16. a 30.4.2026 od 7.30 do 8.30 hodin – PRAVIDELNÝ ZDRAVOTNÍ MONITORING –  
bezplatně Vám změříme TK, GM a BMI (tlak, cukr a tuk).**

**Čtvrtek 30.4.2026 od 9.00 do 10.00 hodin v tělocvičně AZ CENTRA CVIČENÍ PRO SENIORY  
(s sebou pohodlné oblečení, přezůvky s bílou podrážkou nebo teplejší ponožky).**

**Čtvrtek 16.4.2026 v 17:00 hodin Čaj o páté – Biograf SEN – „ŠVIHÁCI“, vstupné 80,-Kč**

**Pátek 10.4.2026 od 9.00 do 11.00 hodin „KERAMICKÁ DÍLNA“ pod vedením Ludmily Kučírkové.**

## **TÝDEN ZDRAVÍ**

**Pondělí 13.4.2026 13:30 – 14:30 hod bazén zdarma**

**Úterý 14.4.2026 8:30 hod zdravá snídaně 9:00 hod. Přednáška o cestě ke zdraví NUTNO**

## **PŘIHLÁSIT**

**Čtvrtek 16.4.2026 7:30 hod ZDRAVOTNÍ MONITORING s měřením cholesterolu v 9:00 hod.**

## **KURZ SEBEOBRANY**

**ČTVRTEK 23.4.2026 OD 9:00 HOD. CVIČENÍ „PROBUD' SVÉ FASCIE“. TĚLOCVIČNA AZ CENTRA  
pod vedením Aleny Jouklové.**

**CVIČENÍ PRO SENIORY VE VODĚ – každé liché pondělí od 13:30 – 14:30 hod. ZAHÁJENÍ**

**20.4.2026**

## **NORDIC WALKING**

**pro zdatné – pondělky: 13.,20. a 27.4.2026 od 13:00 hod.**

**pro mírně pokročilé, začátečníky – středy: 8.,22. a 29.4.2026**

**Sraz v budově AZ Centra 2. patro. Kdo máte vlastní hole, vezměte je s sebou.**

***KURZY, PŘEDNÁŠKY, jiné ....***

**Úterý 7.4. 2026 pro zdatné hůlkaře vlakem v 9:45 hod. OKROUHLICE a zpět do HB pěšky s hůlkami. POUZE PRO ZDATNÉ PĚŠÍ !!!!.**

**ČTVRTEK 9.4.2026 ČISTÁ ŘEKA SÁZAVA vlakem v 10:05 do Petrkova. Ochranné pomůcky s sebou. Organizuje společnost FOKUS.**

**Středa 29.4.2026 od 9:00 hod. 3D KINO „Poslední útes“ ZŠ Nuselská**

**LETNÍ SENIORSKÝ TÁBOR – 29.6. – 3.7.2026 Hospodářský dvůr Daňkovice. Cena 4 400,- Kč plná penze, pitný režim, doprava tam i zpět. Možnost přihlášek na tel. 739 119 844.**

**LETNÍ SENIORSKÝ TÁBOR S VNOUČATY – 1.8.-8.8.2026 Penzion Selský dvůr Daňkovice. Cena 6 650,- Kč osoba nebo dítě. Cena je jednotná. Možnost přihlášek paní Magda Vojtěchová 603 921 943.**

**PROSÍME VŠEHNY ZÁJMCE O JEDNOTLIVÉ AKCE, ABY PŘÍCHÁZELI S PŘEDSTIHEM – TEDY NĚKOLIK MINUT PŘED ZAČÍTKEM AKTIVIT. POZDŇÍMI PŘÍCHODY SE NARUŠUJE JIŽ ROZBĚHNUTÝ PROGRAM A NARUŠENÍ NENÍ PŘÍJEMNÉ PRO OSTATNÍ ÚČASTNÍKY ANI LEKTORY. DĚKUJEME ZA POCHOPENÍ !!!**

**Jsmo tu pro Vás každý den v čase od 8.00 do 12.00 hodin. Po telefonické domluvě i v odpoledních hodinách. Můžete si u nás posedět, popovídat si, přečíst si denní tisk, vyhledat si něco na počítači s přístupem na internet, zaregistrovat s rámci programu Senior Pasy a mnoho dalšího.**

**Najdete nás: Rubešovo náměstí 171, 580 01 Havlíčkův Brod (vchod od kostela 2. patro – AZ CENTRUM)**

**Informace také získáte: tel. 739 119 844 nebo 724 551 604 [www.oscck.cz/seniorpoint](http://www.oscck.cz/seniorpoint)**