



KOMUNITNÍ STŘEDISKO
KONTAKT
LIBEREC
příspěvková organizace

ZDRAVÉ MĚSTO LIBEREC



Statutární město Liberec
ve spolupráci s Komunitním střediskem Kontakt Liberec
Vás srdečně zvou na osvětové přednášky pro seniory
v rámci kampaně Dny zdraví 2013
které se budou konat v klubovně Komunitního střediska Kontakt Liberec
(Palachova 504/7, 460 01 Liberec – Staré Město)
vždy od 9:00 do 11:00 hodin

17. října 2013

Přednáška o využití
přírodních možností pro
posílení zdraví a imunity

Přijďte si popovídat
s odborníci na léčivé
byliny, paní Stříbrnou,
o tom, jak využít bylinky
a další přírodní zdroje
pro posílení zdraví
a imunity.

31. října 2013

Zdravověda se zástupci
Českého červeného
kříže Liberec

Seznamte se s prvními
příznaky často se
vyskytujících nemocí
u seniorů a zjistěte,
jak se bránit.

6. listopadu 2013

Motivační setkání
s panem Novotným

Načerpejte optimismus
při setkání s panem
Novotným a zjistěte,
jak si udržet dobrou
náladu navzdory
přicházející zimě.



VŠECHNY PŘEDNÁŠKY JSOU PRO SENIORY ZDARMA A SOUČÁSTÍ BUDE I DROBNÉ OBČERSTVENÍ
TĚŠÍME SE NA VAŠI ÚČAST!

Je vám více než 60let?
Chcete trávit aktivně svůj volný čas?
Jste rádi ve společnosti vrstevníků?
Nepatříte do starého železa?
Přijďte mezi nás!

Nabízíme:
prostory pro kluby seniorů,
vzdělávací aktivity: PC kurzy, trénování paměti,
zajímavé besedy s odborníky, apod.,
sportovní, kulturní a společenské akce

Provozujeme:
Centrální klub seniorů
(denní tisk, knihy, společenské hry, počítače
s bezplatným přístupem na internet)

pondělí až čtvrtek	10.00 – 17.00
pátek	10.00 – 14.00

www.ksk-liberec.cz
+420 485 244 992



KOMUNITNÍ STŘEDISKO
KONTAKT
LIBEREC
příspěvková organizace

