

## PROGRAM CSS A KLUBŮ SENIORŮ ZÁŘÍ 2023



volnocasoveaktivita@centrumjablonec.cz



728 616 492

Z KAPACITNÍCH A BEZPEČNOSTNÍCH DŮVODŮ JE NUTNÉ SE NA VŠECHNY AKTIVITY (NENÍ-LI UVEDENO JINAK) REGISTROVAT NEBO PŘEDEM SVOU ÚČAST KONZULTOVAT – 728 616 492

### Pravidelné aktivity

- pondělí 4., 11., 18. a 25. 9. za hezkého počasí setkání hráčů pétanque a mňolky, 10:00 hodin, areál volnočasových aktivit v ulici F. L. Čelakovského ve Mšeně, bez registrace
- pondělí 18. 9. setkání kuželkářů, 14:00 hodin, kuželna TJ Bižuterie, bez registrace
- úterý 12. 9. cvičení na židlích s Vladkou, 1. skupina od 8:30 hodin, 2. skupina od 9:45 hodin, velký sál CSS, pouze pro registrované.
- úterý 12. a 19. 9. zkouška pěveckého souboru Izerína, 10:00 hodin, cvičebna CSS
- pátek 1., 8., 15., 22. a 29. 9. setkání šipkařů, 9:30 hodin, cvičebna CSS
- pátek 15. a 22. 9. Tančírna, taneční skupina Šarm, 14:00 hodin, velký sál CSS

### Měsíční program

- čtvrtek 7.9. 9:00 hodin Sportovní hry Černousy ..... R
- pondělí 11.9. 12:14 hodin Výlet Jizerské hory – setkání na Prezidentské chatě ..... R
- úterý 12.9. Seniorská míle – Liberec ..... R
- středa 13.9. 13:30 hodin Promítání fotografií z Jabloneckých Perliček a série letních výletů Putování ..... R
- čtvrtek 14.9. 9:00, 10:00 a 11:00 hodin Cvičení s pružným lanem – uzavřená skupina
- pátek 15.9. 9:00 hodin Tvořivá dílnička – jazyková učebna ..... R
- pondělí 18.9. 9:30 hodin Výlet klubu historie – Archeoskanzen Curia Vitkov ..... R
- čtvrtek 21.9. 9:00, 10:00 a 11:00 hodin Cvičení s pružným lanem – uzavřená skupina
- čtvrtek 21.9. 9:30 hodin Rada starších – malý sál – uzavřená akce
- pátek 22.9. 9:00 hodin Tvořivá dílnička – malý sál ..... R
- pondělí 25.9. 15:00 hodin Setkání seniorů 2023 – Beseda se známou osobností ..... R
- úterý 26.9. 13:00 hodin Setkání seniorů 2023 – Výlet na Jítravský dvorec ..... R
- středa 27.9. 15:00 hodin Setkání seniorů 2023 – Čokobraní ..... R

**R – akce, na kterou je potřeba se registrovat + bližší informace**

**7.9. /čtvrtek/ 9:00 hodin**

**Sportovní hry Černousy**

Soutěž družstev Frýdlantu, Liberce a Jablonce v neobvyklých disciplínách. Kapacita naplněna. Podrobné informace budou předány účastníkům.

**11.9. /pondělí/ 16:00 hodin**

**Výlet Jizerské hory – setkání na Prezidentské chatě**

Odjezd autobusem č. 101 z AN ve 12:14 hodin na Bedřichov. Výlet po Jizerských horách se setkáním na Prezidentské chatě. Trasa měří 3 km. Podrobnosti budou sdělené zájemcům individuálně. Registrace kdykoliv na tel. číslo 728 616 492.

**12.9. /úterý/**

**Seniorská míle – Liberec**

Tradiční pohybová aktivita, kterou pořádají kolegové z Liberce a zvou i účastníky z Jablonce nad Nisou. Chůze v délce jedné míle (=1,6 km). Podrobnosti budou sdělené zájemcům. Registrace kdykoli na tel. číslo 728 616 492.

**13.9. /středa/ 13:30 hodin – velký sál**

**Promítání fotografií ze společných výletů**

Společně zavzpomínáme na příjemně prožité chvíle při Jabloneckých perličkách a sérii výletů Putování. CSS během letní sezóny. Registrace od pátku 1.9. od 8:30 hodin na tel. číslo 728 616 492.

**15.9. /pátek/ 9:00 hodin – jazyková učebna**

**Tvořivá dílnička**

Tentokrát budeme připravovat výzdobu na Čokobraní. Registrace kdykoliv na tel. číslo 728 616 492.

**18.9. /pondělí/ 9:30 hodin**

**Výlet s klubem historie**

**Výlet do Archeoskanzenu Curia Vitkov a Moto retro muzea v Chrastavě.**

Vítkův dvůr je novodobou rekonstrukcí raně středověkého šlechtického sídla. V Chrastavě nás čeká výstavní expozice retro motocyklů a retro předmětů. Kapacita naplněna.

**22.9. /pátek/ 9:00 hodin – malý sál**

**Tvořivá dílnička**

Dokončení výzdoby na Čokobraní. Registrace kdykoliv na tel. číslo 728 616 492.

**25.9. /pondělí/ 15:00 hodin – kino Junior**

**Setkání seniorů 2023 – Beseda se známou osobností**

Beseda plná zajímavých příběhů s moderátorem a hercem Petrem Jančaříkem. Talkshow nese název Tajemství Jaroslava Marvana. Vstupenky k dispozici v pokladně Eurocentra od 13.9.2023

**26.9. /úterý/ 13:00 hodin**

**Setkání seniorů 2023 – Výlet na Jítravský dvorec**

Odjezd autobusu z Horního náměstí. Procházka (cca 2 km) ke Sloním kamenům. Registrace od pondělí 18.9. od 8:30 hodin na tel. číslo 728 616 492.

**27.9. /středa/ 15:00 hodin – Hotel Praha**

**Setkání seniorů 2023 – Čokobraní**

Společenské taneční odpoledne v sále Hotelu Praha. Hraje taneční orchestr Vladimíra Vláška. Registrace od pondělí 18.9. od 8:30 hodin na tel. číslo 728 616 492.

**Připravujeme:**

**11.10. /středa/**

Papučový den – podrobnosti budou upřesněny – podpora mobilní hospicové péče

**26.10. /čtvrtek/**

Koncert ke Dni vzniku samostatného československého státu. Host Jiří Matěják.

## Programy jednotlivých klubů pod hlavičkou CSS

### KS Palackého\*

Palackého 65, pod zastávkou MHD U Jelena  
informace na tel. č. 728 616 492

**5. a 12.9. /úterý/ 10:00 hodin**

Cvičení na židlích s Alenkou

**13.9. /středa/ 9:30 hodin**

Turnaj mölkky mezi Kluby seniorů – hřiště  
ul. Čelakovského

**19.9. /úterý/ 13:30 hodin**

Procházka s poznáváním lesa s Vladkou

**21.9. /čtvrtek/ 13:30 hodin**

Retrohraní – vzpomínání na hry a hračky

**26.9. /úterý/ 10:35 hodin**

Výlet Jítravský Dvorec – vyhrazeno pro přihlášené  
členy klubu

### KS Boženka\*

B. Němcové 54, nízký panelák na sídlišti  
v ulici B. Němcové a I. Olbrachta  
informace na tel. č. 728 616 492

**5.9. /úterý/ 13:30 hodin**

Posezení u kávy

**12.9. /úterý/ 13:30 hodin**

Retrohraní – vzpomínání na hry a hračky

**13.9. /středa/ 9:30 hodin**

Turnaj mölkky mezi kluby seniorů – hřiště  
ul. Čelakovského

**19.9. /úterý/ 13:30 hodin**

Procházka s poznáváním lesa s Vladkou

**26.9. /úterý/ 10:45 hodin**

Výlet Jítravský Dvorec – vyhrazeno pro přihlášené  
členy klubu

### KS Kokonín\*

Slunná 440, žlutá vila v Kokoníně  
informace na tel. č. 728 616 492

**6.9. /středa/ 13:30 hodin**

Procházka s poznáváním lesa s Vladkou

**13.9. /středa/ 9:30 hodin**

Turnaj mölkky mezi Kluby seniorů – hřiště  
ul. Čelakovského

**20.9. /středa/ 11:50 hodin**

ZOO Liberec – společně s KJS navštívíme ZOO  
Liberec včetně komentované prohlídky

**26.9. /úterý/ 10:10 hodin**

Výlet Jítravský Dvorec – vyhrazeno pro přihlášené  
členy klubu

### KS Novoveská\*

Novoveská 5, vedle bývalého novoveského  
koupaliště, informace na tel. č. 728 616 492

**6.9. /středa/ 13:30 hodin**

Procházka s poznáváním lesa s Vladkou

**13.9. /středa/ 9:30 hodin**

Turnaj mölkky mezi kluby seniorů – hřiště  
ul. Čelakovského

**21.9. /čtvrtek/ 13:30 hodin**

Retrohraní – vzpomínání na hry a hračky

**26.9. /úterý/ 10:25 hodin**

Výlet Jítravský Dvorec – vyhrazeno pro přihlášené  
členy klubu

\* Klub seniorů Palackého, Boženka, Kokonín i Novoveská je otevřený a přístupný všem seniorům z Jablonecka, kteří o to projeví zájem. Zaujala vás některá aktivita? Chcete přijít na kávu a poznat nové lidi? Dejte vědět, že se chystáte, rádi vás uvidíme. Podrobnosti na tel. č. 728 616 492.

## Programy dalších klubů a zájmových skupin

### KJS - Klub jabloneckých seniorů

**4.9. /pondělí/ 9:00 hodin** – Kafičková společnost – Slané mlsání z listového těsta – počet účastníků omezen – registrace od pondělí 28.8. od 8:30 hodin na telefonním čísle 728 616 492.

**5.9. /úterý/ 10:15 hodin** – Výlet za duchem hor II. – odjezd autobusu v 10:15 hod. z AN nástupiště č. 10 směr Bedřichov. Pěší výlet na Novou louku a zpět – trasa dlouhá celkem cca 8 km nenáročným terénem. Registrace od pondělí 28.8. od 8:30 hodin na telefonním čísle 728 616 492.

**20.9. /středa/ 11:50 hodin** – ZOO Liberec – komentovaná prohlídka – odjezd autobusu č. 141 z AN nástupiště č. 7 směr Liberec – registrace od úterý 5.9. od 8:30 hodin na telefonním čísle 728 616 492.

### TJ KARDIO Jablonec

Informace u vedoucího klubu – tel.: 728 366 951

**Každé úterý 10:00 hodin** Cvičení ve fitku – pouze pro členy

**Každý čtvrtek 11:00 – 12:15 hodin** Plavání v bazénu – pouze pro členy

**1.9. /pátek/ 10:36 hodin** – Výlet Podkost Pomníky – hrad Kost – Libošovice – odjezd z AN v 10:36 hodin – Turnov 11:18 hodin – odjezd Turnov 11:40 hodin – Libošovice 12:10 hodin. Oběd v hotelu Český ráj Libošovice. Návrat – Libošovice náves 14:46 hodin – Turnov příjezd 15:27 hodin – odjezd Turnov 15:39 hodin – Jablonec příjezd 16:24 hodin

**18.9. /pondělí/ 16:00 hodin** Členská schůze – malý sál CSS

### Klub seniorek při ČSŽ

Informace u vedoucí klubu – tel. 605 535 987

**12.9. /úterý/ 7:00 hodin** – Autobusový výlet – Kowary, Karpacz, Sklářská Poreba – odjezd autobusu v 7:00 hodin z Horního náměstí – výběr 220,- Kč v úterý 5.9. od 15:00 – 16:00 hodin v kavárně Floriánka ve spolkovém domě u paní Niklové (tel. 602 630 913)

**21.9. /čtvrtek/ 15:00 hodin** – přednáška Mgr. Chytrové na téma „Co umí mozek“ – i pro ostatní veřejnost

### Klub seniorů při STP MO 3

Informace u vedoucí klubu – tel. 739 550 083

**Každou středu od 10:00 hodin** – Setkání ve spolkovém domě – jen pro členy – cvičebna CSS

**19.9. /úterý/ 8:00 hodin** – Výlet do Zvířetic – odjezd v 8:00 hodin z Horního náměstí od letního kina

**28.9. /čtvrtek/ 9:30 hodin** – Herní dopoledne – hra Dobble - pro členy i nečleny – cvičebna CSS

Přítomní účastníci berou na vědomí a souhlasí s pořízením zvukového či obrazového záznamu, který může být využit Centrem sociálních služeb Jablonec nad Nisou, p. o. v přiměřené míře pro účely prezentace této akce nebo aktivit přímo souvisejících a souhlasí se zpracováním osobních údajů v souladu se zákonem č. 110/2019 Sb., o ochraně osobních údajů, ve znění pozdějších předpisů.