

PROČ SEDĚT DOMA?!

Za podpory Kraje Vysočina jsme pro vás připravili několik různě zaměřených aktivit.

Hlavní myšlenkou je zapojit seniory do aktivního života.

Do konce tohoto roku vás budeme průběžně zvat na besedy, výlety, exkurze, dílničky s dětmi a zdravé cvičení.

ZAČNEME SEMINÁŘEM O VČELAŘSTVÍ,

který se bude konat

21.6.2022 v 17:00

**ve tvrzí (při nepřízní počasí
v obřadní místnosti)**



přednáší Ing. Pavlína Křivanová, Ph.D.

**CELÝ PŮLROK BUDE PROBÍHAT ZDRAVÉ CVIČENÍ
V PODOBĚ PROTAHOVACÍCH A
REHABILITAČNÍCH CVIKŮ NEBO
ZDRAVOTNÍCH PROCHÁZEK.**



vede Jana Báňová,
fyzioterapeut

**PRVNÍ HODINA ZAČÍNÁ 16.6.2022
v 18:00 v OBŘADNÍ MÍSTNOSTI**

**Uděláte nám velkou radost, když se aktivně
zapojíte do života v naší obci:-)**