



Brněnské dny pro seniory 2016.

B | R | N | O

Stáří nás nedoběhne.

Zveme aktivní seniory na seminář s ukázkami činností a nabídkou programu pro tento věk.

Kde: Knihovna Jiřího Mahena, Kobližná 4, Brno.

Kdy: 6.9.2016 v úterý od 10:00 do 11:30 hod.

- * představení aktivit Filiánku, z.s. pro seniory
- * tématické pobyty pro seniory a seniory s dětmi, videoprojekce
 - * pohybové aktivity pro seniory (cvičení, tanec)
 - * výukové programy pro seniory
- * společné cvičení na židlích s netradičními pomůckami zaměřené na hluboký stabilizační systém, dýchání, pohybový aparát, procvičení paměti, zvýšení koncentrace, relaxaci

**Akce probíhá za spolupráce Magistrátu města Brna, Odbor zdraví,
pod záštitou 1. náměstka primátora statutárního města Brna Mgr. Petra Hladíka.**

Rezervace na kontaktu: Filiánek, z.s., Antonínská 18, mobil: 728 652 335 nebo 724 211 264 nebo e-mailu: filianek@filianek.cz

Vstup zdarma.