



Úsměv pro zdraví, SENSEN, Victoria -plán rok 2015

Pravidelné zdravotní cvičení : pondělí od 10 hod. v DDM Elko Lovosice,

SEN Litoměřice 13 -15hod.v domě s peč.službou Kosmonautů

úterky : od 8.30hod. a 10 hod v DDM Elko Lovosice a od 13.00hod.v DsPs

Skupinová relaxace: pondělí od 8.30 Elko Lovosice

Onko klub Victoria členská schůze každé první pondělí v měsíci schůzka od 15 h DsPs Kosmonautů Litoměřice,samo vyšetření prsu do škol pokračuje.

Další cvičení a zdravotní aktivity: SM systém cvičení s lany pro zlepšení páteře, plaveme pro zdraví,solné jeskyně,správná chůze, Nording Wolking , stolní tenis, bowling., mini golf, jednodenní výlety atd

Taneční zábava s překvapením v KS Lovoš vždy v pátek od 17 hod

17.1.,28. 2., 21.3.,16.5.,20.6.,26.9.,21.11.2015

Přednášky s psychotronikem V. Vítem v Lovosicích Ks Lovoš

14.4.,25.8.,1.12.2015 Litoměřicích: v DsPs Kosmonautů

24.2.,9.6.,6.10.2015,přednáška od 13 – 15 hod, diagnostiku nutno objednat.

Relaxační soboty ,DDM Elko Lovosice od 9 do 14 hod, 15.2. 2014 léčitel

,15.3.2014 ,etikoterapie Kubátová,19.4.vizualizace,karty Kočová,17.5.,21.6.

Den zdraví v Ks Lovoš 24.4.2015 a 13.11.2015 od 13 hod

„Jarní bál“ s tombolou“ 18.4.2014 od 17 hodin v KS Lovoš

„Babí léto“ bál s tombolou 24.10.2014 od 17hodin v KS Lovoš

Víkendové pobyty hotel Kamýk Doksy: 9.-11.5.2015, a 19.-21.9. začínáme obědem plná penze,pokoje s příslušenstvím, přednášky o zdraví, program,hudba, do neděle končíme obědem , -

V. Lovosická Olympiáda 3.10.2015 od 14 hodin na Osmičce

OZDRAVNÉ POBYTY S PROGRAMEM:

Mšené Lázně 10 dní 15.-25.1. 6.950,- (603230513)

Karlovy Vary 10 dní 3.4.-13.4. 6.300,- (603230513)

Příhlášky se zálohou 3.000,-Kč účet 40144113/0800 v lednu.

Luháčovice –PRAHA 7 dní 26.4-3.5. 5.200,- (604890052)

Plná penze, program FT poukazy , Lániková Marie

Františkovy Lázně 7 dní 9.-16.8. 4.600,- (732323700)

Polopenze ,program Líba Zemánková

Podhájská termální 7 dní srpen - září 4.000,- (725303796)

Doprava, ubytování,pojištění.záloha 2.000,-Kč, Karfíková Marie

ITÁLIE- Caorle 13.6.-22.6.2015 hotel Luisa polopenze 7.400,-

Chorvatsko – Makarská 25.8.-3.9.2015 polopenze, doprava 7.400,- Kč

Černá Hora – Ulcinská riviera, hotel Bellevue Club, senior 55+

9.9.-19.9.2015 Letecky, plná penze,program 14.500,-Kč,

12.9.-19.9.2015 Letecky plná penze,program 11.500,-Kč / 603230513/

Výroční členská schůze: 21.12.2015 Ks Lovoš

Kontakt : DDM Elko pondělí, úterý dopoledne na telefonu416532505 nebo

Žamberská : 603230513, Vaňková : 603 188 139, Ponocná: 607673105

Dragounová: 723358553, Samuelová : 605 535173, Javůrková:790403536,

Hojdarová,732973391,Plívová: 604518666, Karfíková 725303796 , Miková

607803108

