

Egészségmegőrző torna

Városi Sportcsarnok 21. sz. földszinti edzőterem
(Temesvári krt. 33.) kedd 19:00-20:00-ig péntek
17:00-18:00-ig Vezető: **Mara Péter**.

Torna, minden szerdán a Senior Centerben
8:00-9:00, 9:00-10:00 **Gazdagh Magdolna**
gyógytornász vezetésével.

Szenior tánc minden héten egy alkalommal
Tyukász Brigitta gyógytornász -fizioterapeuta,
szenior tánc – oktató vezetésével.



Senior Center

6724 Szeged, Eszperantó u. 1.

Tel.: 62/648-132

seniorcenter@indamail.hu

www.seniorcenter.hu

www.facebook.com/seniorcenterszeged

Nyitva tartás: hétfőtől - péntekig

8:00 – 16:00 óra

A Senior Center Idősek Közösségi Központjában
működő klubok:

A Senior Center Idősek Közösségi Központjában
működő klubok:

Dankó Pista Nóta Kórus Nyugdíjas Egyesület,
elnök: Fábrián Ferenc, fabula75@t-online.hu
Dr. Kikli Tivadar Magyaránótászerzők és Énekesek
Dél-magyarországi Egyesülete, dr. Majzik István
dr.majzik.istvan@gmail.com

Ezüst Évek Nyugdíjas Egyesület, elnök:
Pelesz András, peleszandras@gmail.com

Fénysugár Medicina a Megváltozott
Munkaképességükért Egyesület, Vaskóné Kiss
Éva, fenysugar.medicina@gmail.com

„Legyél a barátom” Nyugdíjas Klub, elnök:
Sarnyai Istvánné, tovisrozsa56@gmail.com

Magyar Vöröskereszt Csongrád Megyei
Szervezete, klubvezető: Sándor Istvánné,
sandorrozsa55@gmail.com

Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotóklub Egyesület,
elnök: Szabó Edit,
nap.feny.fotokor.egyesulet@gmail.com

Nyugdíjas Egérpártársak Szervezete,
elnök: Csányi Mihályné, zsokacsanyi@gmail.com
Óvodák Nyugdíjas Egyesülete, Kószó Mihály
Lászlóné laszlonekosz@gmail.com

Postások Szegedi Nyugdíjas Egyesület, Molnár
Sándor Andrásné, mokamama1949@gmail.com

Rókusi Nyugdíjas Klub,
elnök: Sikula Szabolcs 473-263

Szeged Felsővárosi „Virágzó Nefelejcs” Nyugdíjas
Klub, elnök: Péterné Szabó Irén, irke51@freemail.hu
Szeged Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

elnök: Hajagos Istvánné, hoviragos2013@gmail.com

Tisza-parti Cukorbeteg Egysége,
elnök: Berki Viola tisza.diab@gmail.com

MÁRCIUS
BÖJTMÁS HAVA
TAVASZELŐ
KIKELET HAV



Csanádi Imre
Tavaszbüszty

*Ébredj
új tavasz,
jégtörő,
sugaras,
gallyat gombosító,
rügyet rojtosító,
mindenféle
madarat
víg versre tanító!*



1. csütörtök

13:00 Vöröskereszt
 14:00 Dankó Pista kórus
 14:00 Ezüst Évek

2. péntek

9:00 Seniortánc
 10:00 Fénysugár Medicina Egyesület
 14:00 Virágzó Nefelejcs

5. hétfő

9:00 Nap-Fény Fotókör
 14:00 Rókusi Nyugdíjas Klub

6. kedd

9:00 Seniortánc

7. szerda

8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna



15:00 **Idősek Akadémiája**
Árvízvédelmi fejlesztések
Szegeden
Előadó: Dr. Kozák Péter
ATI-VIZIG igazgatója

8. csütörtök

9:00-13:00 *Egyenlő Bánásmód Hatóság*
Ingyenes jogi tanácsadás
Dr. Kiss Éva
 10:00 Dankó kórus

**9. péntek**

9:00 Klubvezetői értekezlet
 14:00 Dr. Kikli Tivadar Nótakórus

12. hétfő

9:00 Nap-Fény Fotókör
 14:00 Legyél a barátom!

13. kedd

9:00 Seniortánc

14. szerda

8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna

**19. hétfő**

9:00 Nap-Fény Fotókör

20. kedd

9:00 Postások Szegedi Nyugdíjas E.
 9:00 Rókusi Nyugdíjas Klub

21. szerda

8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna
 10:30 Óvodák Nyugdíjas Egyesülete

24. csütörtök

14:00 Dankó kórus
 14:00 Ezüst Évek

23. péntek

14:00 Virágzó Nefelejcs

26. hétfő

10:00 Nyugdíjas Egérpad
 14:00 Legyél a barátom!

27. kedd

9:00 Seniortánc

28. szerda

8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna



15:00 **Idősek Akadémiája**
Építőművészet
Előadó: Koczor György építész

29. csütörtök

14:00 Ezüst Évek

