

/Egészségmegőrző torna

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

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

Szeniortánc minden héten egy alkalommal **Tyukász
Brigitta** gyógytornász -fizioterapeuta, szeniortánc –
oktató vezetésével.



Kellemes Karácsonyi Ünnepeket és Boldog Újévet Kívánunk!



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:

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

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

„Legyél a barátom” Nyugdíjas Klub, elnök:
Sarnyai Istvánné, tovisrozsza56@gmail.com

**Magyar Vöröskereszt Csongrád Megyei
Szervezete**, klubvezető: Sándor Istvánné,
sandorrozsza55@gmail.com

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

Nyugdíjas Egérpadtársak 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 Cukorbetegség Egyesülete,
elnök: Berki Viola tisza.diab@gmail.com

DECEMBER

KARÁCSONY HAVA

TÉLELŐ

ÁLOM HAVA



2018. december

programfüzet

Juhász Gyula: Karácsony felé

Szép Tündérország támad föl szívemben

Ilyenkor decemberben.

*A szeretetnek csillagára nézek,
Megszáll egy titkos, gyönyörű ígétet,
Ilyenkor decemberben.*

*...Bizalmas szívvel járom a világot,
S amit az élet vágott,*

*Beheggesztem a sebet a szívemben,
És hiszek újra égi szeretetben,
Ilyenkor decemberben.*

...És valahol csak kételkedő beszédet

*Hallok, szomorún nézek,
A kis Jézuska itt van a közelben,
Legyünk hát jobbak, s higgyünk rendületlen,
S ne csak így decemberben.*



2018. december

3. hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas
Fotó Kör
- 13:00 Rókusi Nyugdíjas Klub
- 14:00 „Legyél a barátom!” Nyugdíjas
Klub

4. kedd

- 9:00 Seniortánc
- 11:00 Postások Szegedi Nyugdíjas E.
- 14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

5. szerda

- 8:00-9:00 és
9:00-10:00 Torna
- 13:00-15:00 **Idősen is fitt vagyok!**
Egészdélután a Senior
Centerben az Egészséges
Szegedért Program szervezésében



15:00

Idősek Akadémiája



Ünnepi étkeink

Előadó: Barta László
mesterszakács

6. csütörtök

- 15:00 **Fenyőünnep**
„...Szép a fenyő télen, nyáron
Sose lepi dermedt álom
Míg az ágán jég szikrázik
Üde zöldje csak pompázik..”



7. péntek

- 14:00 Dr. Kikli Tivadar Magyar-
nótaszerzők és Énekesek

10. hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas
Fotó Kör
- 9:00 Postások Szegedi Ny. E.

11. kedd

- 9:00 Szeniortánc
- 14:00 Hóvirág Népdalkör

12. szerda

- 8:00-9:00 és
9:00-10:00 Torna
- 12:00 Rendőrségi Nyugdíjasok Csongrád
Megyei Egyesülete



13. csütörtök

- 9:00-13:00 **Egyenlő bánásmód ingyenes
ügyfélfogadás – Dr. Kiss Éva**
- 11:00 Dankó Pista Nóta Kórus
- 14:00 Tisza-parti Cukorbeteg Egység

14. péntek

- 10:00 Fénysugár Medicina Egy.
- 14:00 Virágzó Nefelejcs

17. hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas
Fotó Kör
- 10:00 Nyugdíjas Egérpadtársak
- 14:00 „Legyél a barátom!”

18. kedd

- 9:00 **Klubvezetői értekezlet**
- 11:00-14:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas
Fotó Kör (évváró)
- 14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

19. szerda

- 8:00-9:00 és
9:00-10:00 Torna
- 10:00 Senior Atléták Klubja



20. csütörtök

- 15:00 **KARÁCSONYI GÁLA
az Ifjúsági Házban**
- **Ünnepi köszöntő: dr. Botka László polgármester**
- **Betlehemi játék a Tápai Hagyományörző
Egyesület előadásában**
- **Mészáros János Elek és Nagy Anikó
magyarnóta és operett dallamokkal kíván
kellemes ünnepeket**

