

/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.

„Tegy 10000 lépést egészséged megőrzéséért!”
nyugdíjasok közös sétája. (Sétavezető: Fövényes
András)



Csibe, nyuszi, tarka-barka
Barikán a csengő rajta.
Küldünk Nektek hímes tojást,
Kölnivizet és áldomást,
Nárciszt a ház Asszonyának,
Sonkát, tormát az Urának,
Velős csontot a kutyának,
Finom tejfölt a macskának!

**BOLDOG
HÚSVÉTOT
KÍVÁNOK!**

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: **Horváth Józsefné** fmagda50@gmail.com
Dr. Kikli Tivadar Magyaróttaszerzők és Énekesek
Dél-magyarországi Egyesülete, dr. Majzik István
dr.majzik.istvan@gmail.com

Fénysugár Medicina a Megváltozott
Munkaképességűekért Egyesület, elnök: 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 Egérpártársak Szervezete,

elnök: Csányi Mihályné zsokacsanyi@gmail.com

Óvodák Nyugdíjas Egyesülete, elnök: Kószó Mihály
Lászlóné laszlonekosz@gmail.com

Postások Szegedi Nyugdíjas Egyesülete,

elnök: 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

Szegedi Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

elnök: Hajagos Istvánné, hoviragos2013@gmail.com

Tisza-parti Cukorbetegség Egyesülete,

elnök: Berki Viola tisza.diab@gmail.com

ÁPRILIS

SZENT GYÖRGY HAVA

TAVASZHÓ

SZELEK HAVA



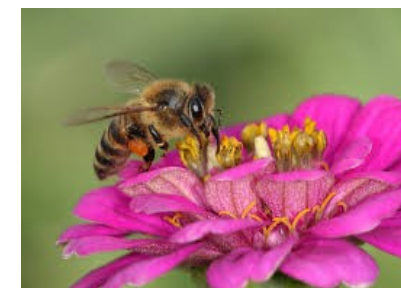
2019. április

programfüzet

Devecsery László:
Húsvéti hímes

*Szellő fut, szellő száll,
csókot ad szellő-lány.
Nap melenget, fény mesél,
mikor a tél véget ér.*

*Néked int a hóvirág,
s barka bontja bársonyát.
Itt a tavasz: kikelet,
s a HÚSVÉT is közeleg.*



1. hétfő

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

2. kedd

9:00 Seniortánc
14:00 Hóvirág Népdalkör
14:45 „Tégy 10000 lépést egészséged megőrzéséért!” Alsóváros – Boszorkánysziget, találkozó a Csonka u. - Hattyas sor sarkánál

3. szerda

8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna

15:00 Idősek Akadémiája
Nosztalgia az 50 éves szegedi Minerva amatőr színpadról.
Előadók: Nagy Bandó András, Halász Anna, Marik István, dr. Antal Anikó és Gellérfy László

**4. csütörtök**

14:00 Magyar Vöröskereszt
Cs. m-i Szervezete
14:00 Tisza-parti Cukorbeteg
Egyesülete (Kgy.)
14:00 Dankó Pista Nóta Kórus

5. péntek

10:00 Fénysugár Medicina
Egyesület (Kgy.)
13:00 Szeged Felsővárosi „Virágzó Nefelejcs” Nyugdíjas Klub (Kgy.)

8. hétfő

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

**9. kedd**

9:00 Seniortánc
14:00 Hóvirág Népdalkör
15:00 „Tégy 10000 lépést egészséged megőrzéséért!” Stefánia, találkozó a múzeum mögötti parkban

10. szerda

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

11. csütörtök

9:00-13:00 **Egyenlő Bánásmód Hatóság**
Ingyenes jogi tanácsadás
Dr. Kiss Éva
14:00 Dankó Pista Nóta Kórus

15. hétfő

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

16. kedd

9:00 Seniortánc
14:00 Hóvirág Népdalkör
15:00 „Tégy 10000 lépést egészséged megőrzéséért!” Újszeged – Rotary ösvény, találkozó a 17 emeletes ház előtt

17. szerda

8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna
15:00 Idősek Akadémiája záróprogramja
Emléklapok átadása
Meghívott vendég:
Endrei Judit író, bemondó, szerkesztő-műsorvezető

**18. csütörtök**

9:00 Postások Szegedi Nyugdíjas Egy.
14:00 Szeged Felsővárosi „Virágzó Nefelejcs” Nyugdíjas Klub
14:00 Dankó Pista Nóta Kórus

**23. kedd**

9:00 Rókusi Nyugdíjas Klub
14:00 Hóvirág Népdalkör
15:00 „Tégy 10000 lépést egészséged megőrzéséért!” Felsőváros, találkozó a Szt. György téri templomnál

24. szerda

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

25. csütörtök

14:00 Dankó Pista Nóta Kórus

26. péntek

9:00 Klubvezetői értekezlet
Zenés est a Legyél a barátom!
Nyugdíjas Klub szervezésében



27. szombat 9:00- 14:00
TAVASZI FORGATAG
a Partfürdőn

29. hétfő

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

30. kedd

9:00 Seniortánc
14:00 Hóvirág Népdalkör
15:00 „Tégy 10000 lépést egészséged megőrzéséért!” Felsőváros – Tápé, találkozó a Vízitelep előtt