

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**.

Rekreációs torna: minden szerdán a Senior Centerben **Gazdagh Magdolna** gyógytornász vezetésével.

Senior Örömtánc: Augusztusban nyári szünet!
Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat keddenként 8 órakor! **Molnár Tímea** - a Senior Linedance Mozgásprogram kidolgozójának vezetésével a Senior Centerben.

Sárkányhajó edzések: minden hétfőn 16 órától a Partfürdőn **dr. Csurgó Edit** szervezésében.

(A torna- és táncoktatók elérhetősége felől érdeklődni lehet a Senior Center elérhetőségein.)



Népi megfigyelések augusztusra:

- ha forró az augusztus első héten, sokáig lesz hó a télen
- ha sok az eső augusztusban, nem lesz jó bor a hordóban
- az idő Bertalan napján (augusztus 24-én), olyan lesz az őszi

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 óráig

A Senior Center Idősek Közösségi Központjában működő klubok:

Dankó Pista Nóta Kórus Nyugdíjas Egyesület, elnök:
Beke Máttyás +36-30/935-4501, bekematyi@gmail.com

**Dr. Kikli Tivadar Magyaránótaszerzők és Énekesek
Dél-magyarországi Egyesülete**, Polgár Gábor +36-
70/513-9801, polgar.gabor.karoly@t-online.hu

**Fénysugár Medicina a Megváltozott
Munkaképességűekért Egyesület**, elnök:
Vaskóné Kiss Éva +36-30/831-1843

fenysugar.medicina@gmail.com

„Legyél a barátom” Nyugdíjas Klub, elnök:
Sarnyai Istvánné +36-70/275-2454,
tovisrozsza56@gmail.com

Magyar Vöröskereszt Csongrád Megyei Szervezete,
klubvezető: Sándor Istvánné +36-20/961-6354,
sandorrozsza55@gmail.com

Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotóklub Egyesület, elnök:
Dr. Csurgó Edit +36-30/791-3831, csurgoedit@gmail.com

Nyugdíjas Egérszomszédok Szervezete,
elnök: Csányi Mihályné +36-20/448-0990,
zsokacsanyi@gmail.com

Óvodák Nyugdíjas Egyesülete, elnök:
Kószó Mihály Lászlóné +36-70/281-3885,
laszlonekoszo@gmail.com

Postások Szegedi Nyugdíjas Egyesülete, elnök: Molnár
Sándor Andrásné +36-70/949-1700,
mokamama1949@gmail.com

Rókusi Nyugdíjas Klub,
elnök: Bódi Terézia +36-70/376-6660,
terzia.bdi531@gmail.com

**Szeged Felsővárosi „Virágzó Nefelejcs” Nyugdíjas
Klub**, elnök: Péterné Szabó Irén +36-70/422-4291,
petereszabo51@gmail.com

Szegedi Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör
elnök: Hajagos Istvánné +36-30/597-1611,
hoviragos2013@gmail.com

Tisza-parti Cukorbeteg Egyesülete,
elnök: Nagy Ildikó +36-70/509-6146,
tiszaparticukorbeteg@gmail.com



2020. augusztus
programfüzet

József Attila: Csendes kérébe...

**Csendes, kérébe kötött reggel
zsömle-zizegésű világ,
porhanyó falucska, mondd el
a lány kenyér dalát.**

**Ím, a könnyű szél elősurran,
tereget szép búzamezőt
tovaringatja lány fodorban
a zümmögő időt.**



3. Hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotókör Egyesület
- 14:00 Legyél a Barátom! Nyugdíjas Klub
Dr. Simon Kálmán izraeli orvos tart előadást az időskori emésztési problémákról

4. Kedd

- 8:00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
- 14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

5. Szerda

- 8:00 -9.00 és 9.00-10.00
Torna



6. Csütörtök

- 9:00-13:00 **Egyenlő Bánásmód Hatóság ingyenes jogi tanácsadás**
Dr Kiss Éva
- 14:00 Szegedi Alsóvárosi Kórus Nyugdíjasok Egyesülete

10. Hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotókör Egyesület

11. Kedd

- 8:00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
- 14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör



12. Szerda

- 8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna
- 13:00 Magyar Vöröskereszt Csongrád Megyei Szervezete

15:00 IDŐSEK AKADÉMIAJA



Nosztalgia élőzenével
Fellép: Smidéliusz Éva és Fűzy Gábor
Beszélgetőtárs: Kiss Ernő

- 13:00 Magyar Vöröskereszt Csongrád Megyei Szervezete

13. Csütörtök

- 14:00 Szegedi Alsóvárosi Kórus Nyugdíjasok Egyesülete



14. Péntek

- 16:00 Szegedi Senior Harmonikások Egyesülete

17 Hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotókör Egyesület
- 14:00 Legyél a Barátom! Nyugdíjas Klub

18. Kedd

- 8:00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
- 14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

19. Szerda

- 8:00 -9.00 és 9.00-10.00
Torna



24. Hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotókör Egyesület

25. Kedd

- 8:00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
- 14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

26. Szerda

- 8:00-9:00 és 9:00-10:00 Torna
- 13:00 Magyar Vöröskereszt Csongrád Megyei Szervezete

15:00

IDŐSEK AKADÉMIAJA



Nosztalgia élőzenével
Fellép: Dr. Molnár Gyula
Beszélgetőtárs: Sári Zsuzsa

27. Csütörtök

- 9:00 Postások Szegedi Nyugdíjas Egyesülete
- 14:00 Szegedi Alsóvárosi Kórus Nyugdíjasok Egyesülete



28. Péntek

9:00 Klubvezetői értekezlet



- 14:00 Szeged Felsővárosi Virágzó Nefelejcs Nyugdíjas Klub

31. Hétfő

- 9:00 Nap-Fény Senior Nyugdíjas Fotókör Egyesület
- 14:00 Legyél a Barátom! Nyugdíjas Klub

