

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:

- ha szeptemberben megdördül az ég, a fák sok virágot hoznak még

- ha másodszor is kivirágzik az akác, akkor hosszú, meleg őszre lehet számítani

- ha korán lehullanak a falevelek, a gólyák és a fecskék korán útra kelnek, akkor hamarosan megérkezik a hideg idő

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 Fotókör 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, laszlonkoszo@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. szeptember
programfüzet

Kányádi Sándor: Jön az ősz

Jön immár az ismerős
Szél lábú deres ősz.
Sepreget, kotorász,
Meg-megáll, lombot ráz.

Lombot ráz, diót ver,
Krumplit ás, szüretel.

Sóhajtoz nagyokat,

S harapja, kurtítja a hosszú napokat.



1. Kedd

8::00 Senior Linedance KEZDŐ.
Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
9:00 Szenior Örömtánc Brigivel
14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

**3. Csütörtök**

9:00-13:00 **Egyenlő Bánásmód Hatóság
ingyenes jogi tanácsadás
Dr Kiss Éva**
14:00 Tisza-parti Cukorbetegség Egyesülete
14:00 Dankó Pista Nótakórus Nyugdíjas Egyesület

4. Péntek

10:00 Fénysugár Medicina Egyesület
13:00 Szegedi Alsóvárosi Kórus Nyugdíjasok Egyesülete

5. Szombat

Nyugdíjasok halfőzése a Partfürdőn

**7. Hétfő**

14:00 Rókusi Nyugdíjas Klub

8. Kedd

8::00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
9:00 Szenior Örömtánc Brigivel
14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

10. Csütörtök

14:00 Dankó Pista Nótakórus Nyugdíjas Egyesület

11. Péntek

14:00 Dr. Kikli Tivadar Magyarótaszerzők és Énekesek Dél-magyarországi Egyesülete
13:00 Szegedi Alsóvárosi Kórus Nyugdíjasok Egyesülete

**14 Hétfő**

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

15. Kedd

8::00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
9:00 Szenior Örömtánc Brigivel
14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

16. Szerda

8:00 -9.00 és 9.00-10.00 Torna

**17. Csütörtök**

10:00 Nyugdíjas Egérszervezet Szervezete
14:00 Tisza Volán Nyugdíjas Klub
14:00 Dankó Pista Nótakórus Nyugdíjas Egyesület

18. Péntek

9:00 **Klubvezetői értekezlet**



15:00 **Ezüst Évek novellapályázat eredményhirdetése a Dugonics téren**

22. Kedd

8::00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
9:00 Szenior Örömtánc Brigivel
9:00 Rókusi Nyugdíjas Klub
14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

**24. Csütörtök**

9:00 Postások Szegedi Nyugdíjas Egyesülete
14:00 Dankó Pista Nótakórus Nyugdíjas Egyesület

25. Péntek

13:00 Szegedi Alsóvárosi Kórus Nyugdíjasok Egyesülete
14:00 Szeged Felsővárosi Virágzó Nefelejcs Nyugdíjas Klub

28. Hétfő

14:00 Legyél a Barátom! Nyugdíjas Klub

29. Kedd

8::00 Senior Linedance KEZDŐ. Várjuk szeretettel az újonnan csatlakozókat!
9:00 Szenior Örömtánc Brigivel
14:00 Hóvirág Nyugdíjas Népdalkör

30. Szerda

8:00 -9.00 és 9.00-10.00 Torna

15:00

**Idősek Akadémiája
BONBONOK A VILÁGZENÉBŐL**



**A hegedű(s) lelke
A Szegedi Hegedűegyüttes
koncertje
Művészeti vezető: Szecsődi
Ferenc Liszt-díjas, érdemes és
kiváló művész**