



## PROVOZNÍ DOBA

### **Pondělí 8:00 - 16:30**

- 8:45 cvičení
- 10:15 přednášky,  
rukodělné aktivity,  
cvičení paměti
- 12:30 internet
- 15:00 PC kurzy

### **Úterý 8:30 - 12:00**

- 9:00 angličtina I
- 10:30 angličtina II

### **Středa 1x měsíčně vycházky/výlety**

### **Čtvrtek 7:30 - 12:30**

- 8:15 cvičení - smovey kruhy
- 9:45 cvičení - jóga
- 10:45 cvičení - pro chůzi

## Setkávání seniorů SPOLU

sociálně aktivizační služba  
pro seniory a osoby  
se zdravotním postižením  
Šířava 1295/27, 750 02 Přerov



**mobil: 777 729 521  
777 729 522**

**[seniori@prerov.charita.cz](mailto:seniori@prerov.charita.cz)**



**[www.prerov.charita.cz](http://www.prerov.charita.cz)**

**Naleznete nás také na:**



 **Charita  
Přerov**



**setkávání  
a  
aktivizace**

## Setkávání seniorů SPOLU

## CÍL SLUŽBY

Nabídnout aktivity směřující k vytváření společenství vrstevníků, navazování nových kontaktů, a k posílení soběstačnosti; aktivity pozitivně ovlivňující zdravotní stav, vedoucí k rozvoji a udržení fyzických i duševních schopností a k prevenci před sociální izolací.



## NABÍZÍME

- **zájmové, vzdělávací a volnočasové aktivity**
- **cvičení**
- **vycházky**
- **přednášky**
- **cvičení paměti**
- **rukodělné činnosti**
- **internet**
- **základní sociální poradenství**
- **pomoc při vyřizování běžných záležitostí**

### Fakultativní aktivity

- **PC kurzy**
- **angličtina**
- **výlety**

Fakultativní služby jsou částečně hrazeny uživatelem.

Výše úhrady je vypočítána individuálně pro každou aktivitu a je sdělena předem.

## SLUŽBA JE URČENA

Seniorům nebo osobám se zdravotním postižením, kteří jsou vzhledem ke svému zdravotnímu a duševnímu stavu schopni samostatně se zapojit do aktivit, tj. jejich zdravotní stav umožňuje účast na aktivitách.



## NAŠE ZÁSADY

- **respekt a důstojnost**
- **individuálizace**
- **společenství**
- **komunikace**