

## TEGOSZ Idősek klubja

### 2026. július havi program

<b>1. szerda</b>	<p>11:00-12:00 <i>Memória kártyás játék</i> (A Semmelweis nap kapcsán a gyógytorna ezen a napon elmarad!)</p> <p>13:30-14:30 <b>Magyar feltalálók napja (Pótelőadás)</b></p>
<b>2. csütörtök</b>	<p><b>09:00-11:30 Látogatás a Magyar Gyula Kertészeti Technikum élménytanösvényén</b></p> <p>13:30-14:30 <i>Kapcsolj! - Konyhaművészeti társasjáték</i></p>
<b>3. péntek</b>	<p><b>10:00-12:00 Attila kiállítás a Nemzeti Múzeumban</b></p> <p>13:00-15:00 Sport délután /sakk, ping-pong, kártya/</p>
<b>6. hétfő</b>	<p>10:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 11:00-12:00 Dalkör</p> <p>13:30-15:00 <b>Rejtvényfejtők délutánja</b></p>
<b>7. kedd</b>	<p>10:00-11.30 <b>„Az idős kor méltósága, aktív idősödés” kerekasztal beszélgetés</b> a Méltóságért Alapítvány szervezésében</p> <p>13:00-14.30 <b>Műhelyfoglalkozás</b></p>
<b>8. szerda</b>	<p>11:00-12:00 Gyógytorna szakember irányításával</p> <p>13:30-15:00 <i>Csak egy! társasjáték</i></p>
<b>9. csütörtök</b>	<p>11:00-12:00 <i>Tabu játék</i></p> <p>13:00-14:30 <b>Nyári természetfilm vetítés</b></p>
<b>10. péntek</b>	<p>10:00-12:00 <b>Hajókirándulás az Önkormányzat szervezésében a regisztráltak számára</b></p> <p>10:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 13:00-15:00 Sport délután /sakk, ping-pong, kártya/</p>
<b>13. hétfő</b>	<p>10:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 11:00-12:00 Mondjuk el zenével! - zenés foglalkoztató</p> <p>13:30-15:00 <i>Rummikub játék</i></p>
<b>14. kedd</b>	<p>10:00-11:00 Szenior örömtánc</p> <p>13:30-14:30 <i>Dixit játék</i></p>
<b>15. szerda</b>	<p>11:00-12:00 Gyógytorna szakember irányításával</p> <p>13:30-15:00 <i>Ország-város játék</i></p>

<b>16. csütörtök</b>	11:00-12:00 „Szerencsekerék” szójáték 13:30-15:00 „ <b>Ki volt Ő?</b> ” - <b>25 éve hunyt el Anthony Quinn színész</b>
<b>17. péntek</b>	10:00-11:00 <b>Kabaré délelőtt</b> 11:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 13:00-15:00 Sport délután /sakk, ping-pong, kártya/
<b>20. hétfő</b>	10:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 11:00-12:00 Dalkör 13:30-15:00 <i>Activity közösségi játék</i>
<b>21. kedd</b>	10:00-11:00 Szenior örömtánc <b>13:30-15:00 A csoki világnapja – előadás kóstolóval</b>
<b>22. szerda</b>	11:00-12:00 Gyógytorna szakember irányításával 13:30-15:00 <b>Hegedűkoncert – Vadász Gyula hegedűművésszel</b>
<b>23. csütörtök</b>	10:00-11:00 <b>Nyári kreatív kézműves foglalkozás</b> 13:00-15:00 Filmvetítés – 70 éve született Tom Hanks
<b>24. péntek</b>	10:00-12:00 <b>Látogatás a Budapesti Állatkertbe</b> 13:00-15:00 Sport délután /sakk, ping-pong, kártya/
<b>27. hétfő</b>	10:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 11:00-12:00 Mondjuk el zenével! - zenés foglalkoztató 13:30-15:00 <i>Rummikub játék</i>
<b>28. kedd</b>	10:00-11:00 Szenior örömtánc 13.30-15.00 <i>Idővonal társasjáték</i>
<b>29. szerda</b>	11:00-12:00 Gyógytorna szakember irányításával 13:30-15:00 <b>Jótekonysági szívpárna készítése</b>
<b>30. csütörtök</b>	11:00-12:00 <i>Tic-Tac Bumm szójáték</i> 13:30-15:00 <b>Születés – és névnapok ünneplése (Vöröskereszt ételmentés)</b>
<b>31. péntek</b>	10:00-11:00 <b>Bingó délelőtt</b> 11:00-12:00 Sport délelőtt /sakk, ping-pong, kártya/ 13:00-15:00 Sport délután /sakk, ping-pong, kártya/

**Klubunk nyitva tartása: Hétfőtől-Péntekig 8:00 - 16:00 óráig**

**Telefonszámunk: 06-1-342-48-26**

***A programváltozás jogát fenntartjuk!***

***Kellemes időtöltést kívánunk!***