



PROSINEC 2025

Aktivní Olomouc:

nabídka akcí pro všechny generace

Vstup na všechny akce zdarma

Nutná rezervace na: aktivni.olomouc.eu

Datum	Akce	Zajišťuje	Místo konání
Pondělí 1. 12. 10:00–11:30	Trénink paměti pro seniory Jak funguje paměť a proč si nezapamatujeme, co potřebujeme	Věra Příkrylová	KC Pešek, Peškova 1
Pondělí 1. 12. 14:00–15:00	Vánoce v Evropě Přijďte si poslechnout, jaké tradice dodržují naši sousedé v Evropě	Eurocentrum Olomouc	KC Pešek, Peškova 1
Středa 3. 12. 16:30–18:30	Vaříme s paní Natálií: Mimóza a Šuba Workshop tradiční ukrajinské kuchyně	Rodinné centrum Provázek	KC Pešek, Peškova 1
Čtvrtek 4. 12. 9:30–11:30	Vánoční workshop Workshop zaměřený na výrobu dřevěné i macramé vánoční ozdoby	RC Olivy	KC Pešek, Peškova 1
Pátek 5. 12. 10:00–11:00	Cvičení rodičů s dětmi (1–3 roky) Písničky, říkanky, motorická cvičení podporující vývoj dítěte	Tereza Hýsková	KC Pešek, Peškova 1
Pátek 5. 12. 11:00–12:00	Jóga pro seniory Lekce jógy pro začátečníky	Tereza Hýsková	KC Pešek, Peškova 1
Pondělí 8. 12. 8:30–9:30	Cvičení pro seniory Lekce lehkého cvičení s židlí, gumou apod.	Česká asociace sport pro všechny	KC Pešek, Peškova 1
Pondělí 8. 12. 16:00–18:00	Adventní workshop Workshop zaměřený na výrobu adventních věnců, organzových hvězd a květín	RC Provázek	KC Pešek, Peškova 1



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Bližší informace ke všem akcím najdete na prorodinu.olomouc.eu, proseniory.olomouc.eu.

Úterý 9. 12. 9:00-11:00	Kreativní wellbeing s arteterapeutkou Dílna pro ty, co rádi tvoří a zkouší nové věci	Rodinné centrum Provázek	KC Pešek, Peškova 1
Čtvrtek 11. 12. 16:30-18:00	Tvoření s Rodinným centrem Provázek Přijďte si vyrobit anděla z drátu a korálků	Rodinné centrum Provázek	KC Pešek, Peškova 1
Pátek 12. 12. 10:00-11:00	Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Písničky, říkanky, motorická cvičení podporující vývoj dítěte	Tereza Hýsková	KC Pešek, Peškova 1
Pátek 12. 12. 11:00-12:00	Jóga pro seniory Lekce jógy pro začátečníky	Tereza Hýsková	KC Pešek, Peškova 1

Statutární město Olomouc i letos získalo ocenění Obec přátelská rodině a seniorům 2025, proto pro rodiny s dětmi, pro seniory a také dohromady pro všechny generace přichystalo ve spolupráci s partnery zajímavé akce, na které vás srdečně zve. Akce se konají v Komunitním centru Pešek i jinde. Bližší informace ke všem akcím najdete na prorodinu.olomouc.eu a proseniory.olomouc.eu. Kapacita účastníků je omezená, je třeba se předem přihlásit na aktivni.olomouc.eu, není-li u akce uvedeno jinak. Vstup na akce je zdarma, aktivity jsou podpořeny z DT Obec přátelská rodině a seniorům 2025.



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Bližší informace ke všem akcím najdete na prorodinu.olomouc.eu, proseniory.olomouc.eu.