



CSNO Szakmai Egység

2025. február hónap

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2025.02.03. hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Énekóra Barta Anikóval, Gyógy masszázs Novák Mátéval		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Keringésjavító torna Csontos Irénnel		
2025.02.04. kedd	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Dob Szőke Krisztinával		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Találós kérdés Bóbita Enikővel		
2025.02.05. szerda	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Februári jeles napok Szalainé H. Katalinnal		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Illemtan Csontos Irénnel		
2025.02.06. csütörtök	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Erőnléti edzés Fekete Tiborral		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Szituációs játékok Bóbita Enikővel		
2025.02.07. péntek	8 ⁰⁰ - 10 ³⁰	Gyógy masszázs Novák Mátéval		
	13 ³⁰ -15 ⁰⁰	Filmklub Szalainé H. Katalinnal		



CSNO Szakmai Egység

2025. február hónap

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2025.02.10. hétfő	10 ⁰⁰ –11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ –12 ⁰⁰	Énekóra Barta Anikóval, Gyógy masszázs Novák Mátéval		
	13 ³⁰ –14 ⁰⁰	Keringésjavító torna Csontos Irénnel		
2025.02.11. kedd	11 ⁰⁰ –12 ⁰⁰	Rajzdélelőtt 3 gondozóval közösen		
	13 ³⁰ –14 ⁰⁰	Keresztrejtvény 3 gondozóval közösen		
2025.02.12. szerda	11 ⁰⁰ –12 ⁰⁰	Nemzetek konyhája Bóbita Enikővel		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10 ⁰⁰ –11 ⁰⁰
	13 ³⁰ –14 ⁰⁰	Szólánc Szalainé H.Katalinnal		
2025.02.13. csütörtök	11 ⁰⁰ – 12 ⁰⁰	Erőnléti edzés Fekete Tiborral		
	13 ³⁰ –14 ⁰⁰	Komolyzenei délután Csontos Irénnel		
2025.02.14. péntek	8 ⁰⁰ – 10 ³⁰	Gyógy masszázs Novák Mátéval		
	13 ⁰⁰ –15 ⁰⁰	Filmvetítés 3 gondozóval közösen		



CSNO Szakmai Egység

2025. február hónap

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2025.02.17. hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Énekóra Barta Anikóval, Gyógy masszázs Novák Mátéval		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Keringésjavító torna Bóbita Enikővel		
2025.02.18. kedd	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Dob Szőke Krisztinával		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Társasjáték 3 gondozóval közösen		
2025.02.19. szerda	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Ellátotti Fórum 3 gondozóval közösen		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Mire gondoltam? Szalainé H. Katalin		
2025.02.20. csütörtök	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Erőnléti edzés Fekete Tiborral		
	13 ³⁰ -14 ⁰⁰	Relaxáció 3 gondozóval közösen		
2025.02.21. péntek	8 ⁰⁰ - 10 ³⁰	Gyógy masszázs Novák Mátéval		
	13 ³⁰ -15 ⁰⁰	Játékdélután 3 gondozóval közösen		



Segítő Kéz Kispesti Gondozó Szolgálat

Cím: 1193 Budapest, Táncsics Mihály u. 7.
Telefonszám / Fax: (06-1) 282-9501
E-mail: segitokez@kispest.hu



Segítő Kéz Kispesti Gondozó Szolgálat

Cím: 1193 Budapest, Táncsics Mihály u. 7.
Telefonszám / Fax: (06-1) 282-9501
E-mail: segitokez@kispest.hu

CSNO Szakmai Egység 2025. február hónap				
Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2025.02.24 hétfő	10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Enekóra Barta Anikóval, Gyógy masszáz Novák Mátéval		
	13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	Keringésjavító torna Csontos Irénnel		
2025.02.25 kedd	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	FARSANG		
2025.02.26 szerda	11 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	Beszélgetés a nyári táborozásról 3 gondozóval közösen		Szabadúszás Kispesti Uzsoda 10 ⁰⁰ -11 ⁰⁰
	13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	Játék, rajzolás Szaizainé H. Katalinnal		
2025.02.27 csütörtök	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Erőnléti edzés Fekete Tiborral		
	13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	Mit főztek? Csontos Irénnel		
2025.02.28 péntek	8 ⁰⁰ - 10 ⁰⁰	Gyógymasszázs Novák Mátéval		
	13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	Zenehallgatás 3 gondozóval közösen		

A foglalkozások és a programok változtatásának a jogát fenntartjuk!

Budapest, 2025.01.15.

Balázs Piroška
igazgató



XIX KISPEST

Segítő Kéz Kispesti Gondozó Szolgálat 1193 Budapest, Táncsics Mihály u. 7.		
Létrejött:	2025 JAN 23.	Értékelte:
Csontos Irénnel	285/2025	Árnyékolva:

Ch ch

2025-01-23