




<b>Őszirózsa Szakmai Egység Klubprogram</b>				
<b>2026. MÁJUS HÓNAP</b>				
<b>Időpont</b>		<b>Házon belüli programok</b>		<b>Házon kívüli programok</b>
<b>2026.05.01. szerda</b>		<b>MUNKA ÜNNEPE</b>		

**Őszirozsa Szakmai Egység Klubprogram**  
**2026. MÁJUS HÓNAP**

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2026.05.04. hétfő	Délelőtt 8 <sup>30</sup> -10 <sup>30</sup>	<b>Gyógymasszázs</b> felelős: Novák Máté		
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Anyák napi köszöntés</b> felelős: Orsós Mariann		
2026.05.05. kedd	Délelőtt 10 <sup>30</sup> -11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> felelős: Orsós Mariann		
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Kártyajátékok</b> felelős: Simkovitsné V. Erika		
2026.05.06. szerda	Délelőtt 10 <sup>00</sup> -11 <sup>00</sup>	<b>Színezés</b> felelős: Simkovitsné V. Erika		<b>Szabadúszás</b> <b>Kispesti Uszoda</b> 10 <sup>00</sup> -11 <sup>00</sup>
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Nosztalgia uzsonna</b> felelős: Orsós Mariann		
2026.05.07. csütörtök	Délelőtt 10 <sup>30</sup> -11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> felelős: Orsós Mariann		
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Kötetlen beszélgetés</b> felelős: Simkovitsné V. Erika		
2026.05.08. péntek	Délelőtt 10 <sup>30</sup> -11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> felelős: Simkovitsné V. Erika		<b>Közös fagyizás</b> <b>a Dudi cukrászdában</b>
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Fagyalt Napja</b> beszélgetés Orsós Mariannal		






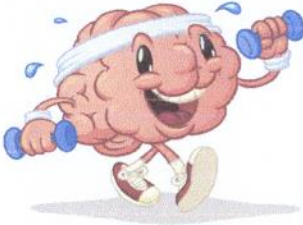
## Őszirozsa Szakmai Egység Klubprogram

### 2026. MÁJUS HÓNAP

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
2026.05.11. hétfő	Délelőtt 8 <sup>30</sup> - 10 <sup>30</sup>	<b>Gyógymasszázs</b> Novák Mátéval	
	Délután 14 <sup>00</sup> -tól	<b>Társasjáték</b> felelős: Orsós Mariann	
2026.05.12. kedd	Délelőtt 10 <sup>00</sup> 10 <sup>30</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Ápolók nemzetközi napja</b> beszélgetés Simkovitsné V.Erikával	
2026.05.13. szerda	Délelőtt 10 <sup>00</sup> 10 <sup>30</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 14 <sup>00</sup> -15 <sup>00</sup>	<b>Nosztalgia uzsonna</b> felelős: Simkovitsné V.Erika	
2026.05.14. csütörtök	Délelőtt 10 <sup>00</sup> 10 <sup>30</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 14 <sup>00</sup> -tól	<b>Kártyázás</b> Simkovitsné V.Erikával	
2026.05.15. péntek	Délelőtt 10 <sup>30</sup> 11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 13 <sup>30</sup> -tól	<b>Az állat és növény szerető napja Magyarországon</b> beszélgetés Orsós Mariannal	

## Őszirozsa Szakmai Egység Klubprogram

### 2026. MÁJUS HÓNAP

Időpont		Házon belüli programok		Házon kívüli programok
2026.05.18. hétfő	Délelőtt 8 <sup>30</sup> - 10 <sup>00</sup>	<b>Gyógymasszázs</b> Novák Mátéval		
	Délután 14 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	<b>Múzeumok nemzetközi napja</b> beszélgetés Orsós Mariannal		
2026.05.19. kedd	Délelőtt 10 <sup>00</sup> - 10 <sup>30</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal		
	Délután 14 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	<b>Kártya-party</b> Simkovitsné V.Erikával		
2026.05.20. szerda	Délelőtt 10 <sup>30</sup> - 11 <sup>30</sup>	<b>Nosztalgia reggeli</b> Simkovitsné V.Erikával		Szabadúszás Kispesti Uszoda 10 <sup>00</sup> -11 <sup>00</sup>
	Délután 13 <sup>00</sup> -tól	<b>Méhek világnapja</b> Orsós Mariannal		
2026.05.21. csütörtök	Délelőtt 10 <sup>00</sup> - 10 <sup>30</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal		<b>Alzheimer Café</b> Halásztanya Étterem 
	Délután 14 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	<b>Teadélután</b> Simkovitsné V.Erikával		
2026.05.22. péntek	Délelőtt 10 <sup>30</sup> - 11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal		
	Délután 14 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	<b>Agytorna</b> Orsós Mariannal		

## Őszirózsa Szakmai Egység Klubprogram

### 2019. MÁJUS HÓNAP

Időpont		Házon belüli programok	Házon kívüli programok
2026.05.25. hétfő		<b>PÜNKÖSD</b>	
2026.05.26. kedd	Délelőtt 10 <sup>00</sup> - 10 <sup>30</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 13 <sup>30</sup> -tól	<b>Kártya-party</b> Simkovitsné V.Erikával	
2026.05.27. szerda	Délelőtt 9 <sup>30</sup> - 10 <sup>30</sup>	<b>Nosztalgia reggeli</b> Orsós Mariannal	
	Délután 14 <sup>00</sup> - től	<b>Kihívás napja</b> Simkovitsné V.Erikával	
2026.05.28. csütörtök	Délelőtt 10 <sup>30</sup> - 11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 14 <sup>00</sup> -tól	<b>Kvíz</b> Simkovitsné V.Erikával	
2026.05.29. péntek	Délelőtt 10 <sup>30</sup> - 11 <sup>00</sup>	<b>Keringésjavító torna</b> Orsós Mariannal	
	Délután 14 <sup>00</sup> - 15 <sup>00</sup>	<b>Társasjáték</b> Orsós Mariannal	



**Segítő Kéz**  
**Kispesti Gondozó Szolgálat**

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

**Állandó, házon belüli programok:**

- *Keringésjavító torna:*
  - naponta
- *Nosztalgia reggeli vagy uzsonna*
  - hetente szerda délelőtt vagy délután
- *Gyógymasszázs*
  - hetente

Budapest, 2026.04.05.

Felelős : Simkovitsné Varga Erika

Jóváhagyta:

Balázs Piroska  
Igazgató

