



TyfloCentrum Brno, o. p. s.

poskytovatel služeb pro zrakově postižené v Jihomoravském kraji
Chaloupkova 3, 612 00 Brno, www.centrumpronevidome.cz, tel. 515 919 770, vedeni@tyflocentrumbrno.cz

Program aktivit Brno – leden 2018

1. týden

| | | |
|---------|--|--|
| Út 2.1. | 9:30 – 10:30 | Jóga – cvičení s Evou |
| | 10:30 – 11:30 | Cvičení na židlích s Evou |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| St 3.1. | 14:00 – 15:00 | Cvičení s prvky orientu se Zlatou |
| | 15:00 – 16:00 | Jóga – cvičení se Zlatou |
| | 16:30 – 17:30 | Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů). |
| | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Čt 4.1. | <u>9:30 – 13:00 NOVOROČNÍ VYCHÁZKA</u> z Útěchova do poutního kostela ve Vranově (3 km) a zpět (celkem 6 km). Sraz 9:30 v TyfloCentru. Lze absolvovat pouze jednu cestu a zpět se vrátit autobusem. Přihlášky do 2. 1. u Magdy Ambrožové. | |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Pá 5.1. | <u>13:30 – 16:30 NÁVŠTĚVA KOČIČÍ KAVÁRNY PELÍŠEK</u> – Nevadí vám při pití kávy nebo ochutnávání dezertů kočky běžající pod nohama, případně na stole? Pojd'te s námi do Pelíšku. Více informací v pozvánce. Přihlašování do středy 3. 1. u Magdy Ambrožové. | |

2. týden

| | | |
|---------|--|-----------------------------|
| Po 8.1. | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | <u>10:00 – 11:00 ZVUKOVÁ STRELBA</u> – první letošní trénink ve zvukové střelbě. Přijďte si ověřit, že jste nezapomněli přes Vánoce dobře mířit na terč. Přihlašování do pátku 5. 1. u Simony Pešoutové. | |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Út 9.1. | 9:30 – 10:30 | Jóga – cvičení s Evou |
| | 10:30 – 11:30 | Cvičení na židlích s Evou |
| | <u>13:00 – 14:30 BESEDA O BALI</u> – Přijďte se něco dozvědět o ostrově Bali, jeho obyvatelích, zvycích, náboženství, kultuře, přírodních krásách, počasí i o výborném jídle. | |

| | | |
|----------|--|--|
| | O svých zážitcích z dovolené bude vyprávět Eva Hradílková, lektorka jógy z TyfloCentra. Přihlašování u Simony Pešoutové do pátku 5. 1. | |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| St 10.1. | 14:00 – 15:00 | Cvičení s prvky orientu se Zlatou |
| | 15:00 – 16:00 | Jóga – cvičení se Zlatou |
| | 16:30 – 17:30 | Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů). |
| | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Čt 11.1. | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Pá 12.1. | 13:30 – 15:30 <u>Znáte hru ČESKO PRO PAMĚTNÍKY?</u> – V naší nové vědomostní hře najdete mnoho zajímavých otázek, které jsou rozděleny do okruhů Má vlast, Nostalgie, Stalo se a Různé. Přijďte si k nám tuto hru zahrát a ukázat, co si pamatujete z dřívějších dob. Přihlašování u Simony Pešoutové do středy 10. 1. | |

3. týden

| | | |
|----------|--|--|
| Po 15.1. | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:30 – 14:30 | Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů). |
| Út 16.1. | 9:30 – 10:30 | Jóga – cvičení s Evou |
| | 10:30 – 11:30 | Cvičení na židlích s Evou |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:30 – 15:00 <u>BESEDA O ZVUCÍCH S MARTINEM CHRÁSTECKÝM</u> – Zvu vás k nahlédnutí do mého zvukového fotoalba, prohlédneme si mnou a mými kamarády pořízené zvukové obrázky a zároveň si ukážeme, že nahrávací zařízení nemusí nutně sloužit jen k natáčení špionážních a kompromitujících materiálů. Beseda proběhne v klubovně TC. Přihlašování do pátku 12. 1. u Simony Pešoutové. | |
| St 17.1. | 11:00 – 12:00 <u>SOLNÁ JESKYNĚ</u> – Přijďte posílit svou imunitu do solné jeskyně. Snad vás potom neskolí chřipka či jiné zimní neduhy. Přihlašování do pondělí 15. 1. do 12:00 u Simony Pešoutové. Pokud se do pondělí nesejde dostatečný počet zájemců, akce se ruší. | |

| | | |
|----------|---------------|---|
| | 14:00 – 15:00 | Cvičení s prvky orientu se Zlatou |
| | 15:00 – 16:00 | Jóga – cvičení se Zlatou |
| | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Čt 18.1. | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Pá 19.1. | 13:30 – 16:00 | KRYT 10–Z – Navštivte s námi nejutajovanější brněnský kryt z doby komunismu určený pro politické představitele města a kraje. Více informací v pozvánce. Přihlašování u Reginy Holíkové do středy 17. 1. |

4. týden

| | | |
|----------|---------------|---|
| Po 22.1. | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:30 – 14:30 | Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů). |
| Út 23.1. | 9:30 – 10:30 | Jóga – cvičení s Evou |
| | 10:30 – 11:30 | Cvičení na židlích s Evou |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:30 – 15:00 | HUDEBNÍ OKÉNKO – Tentokrát bude o králi komiků Vlastovi Burianovi. Jaký byl v soukromí a jaký ve společnosti? Více informací v samostatné pozvánce. Přihlašování u Reginy Holíkové do 22.1. |
| St 24.1. | 14:00 – 15:00 | Cvičení s prvky orientu se Zlatou |
| | 15:00 – 16:00 | Jóga – cvičení se Zlatou |
| | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Čt 25.1. | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Pá 26.1. | 9:30 – 11:00 | KNIHOVNA JIŘÍHO MAHENA – Kdy naposledy jste byli v knihovně? Víte, co všechno tam lze navštívit? Bude pro nás připravena malá exkurze, nabídka spolupráce a „ochutnávka“ programu – tentokrát o „hantecu“. Sraz 9:15 na České „pod hodinami“. Přihlašování do středy 24.1 u Magdy Ambrožové. |
| | 10:00 – 12:00 | BESEDA SOCIÁLNÍ REHABILITACE - Zimná nálada v hudbě. Informace a přihlášky u M. Švejdové, e-mail svejdova@tyflocentrumbrno.cz . |
| | 13:30 – 15:30 | PAMĚŤOLAMY – Další příležitost potrénovat svou paměť, slovní zásobu i logické myšlení. Přihlašování do čtvrtku 25. 1. u Simony Pešoutové. |

5. týden

| | | |
|-----------------|----------------------|---|
| Po 29.1. | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Út 30.1. | 9:30 – 10:30 | Jóga – cvičení s Evou |
| | 10:30 – 11:30 | Cvičení na židlích s Evou |
| | 13:30 – 14:30 | Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů). |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| St 31.1. | 14:00 – 15:00 | Cvičení s prvky orientu se Zlatou |
| | 15:00 – 16:00 | Jóga – cvičení se Zlatou |
| | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – pro přihlášené |

Každý čtvrtek můžete navštívit sociálně právní poradnu v době od 13 do 17 hod.

Milí klienti, přejeme vám do nového roku hodně zdraví a štěstí. Zahajujeme novou sezónu v sociální aktivizaci a těšíme se na vaše podněty a nápady na aktivity, kterých byste se rádi účastnili.

BLIŽŠÍ INFORMACE A PŘIHLÁŠENÍ NA AKCE:

515 919 672, 774 715 097
ambrozova@tyflocentrumbrno.cz

Mgr. Magda Ambrožová

515 919 671, 774 715 095
pesoutova@tyflocentrumbrno.cz

Mgr. Simona Pešoutová
(dříve Jelečková)

774 715 108
holikova@tyflocentrumbrno.cz

Regina Holíková

svejdova@tyflocentrumbrno.cz

Marie Švejdová (rehabilitační pobyty Kuklík)

zumrova@tyflocentrumbrno.cz

Zlata Zumrová (cvičení)

hradilkova@tyflocentrumbrno.cz

Ing. Eva Hradilková (cvičení)

515 919 668, 774 715 103

Petr Kusák (půjčovna pomůcek)

515 919 666, 774 715 101

Mgr. Martin Vrána (poradenství PC pomůcek, nácvik obsluhy PC, další kurzy sociální rehabilitace: vaření)

515 919 670, 774 715 088

Mgr. Martina Smrčková
(asistenční služby)

532 307 958, 774 715 099

Mgr. Petr Sýkora, Ph.D.
(Dílna HapAteliér)