



Program aktivit Brno – březen 2018

9. týden

Čt 1.3.	13:30 – 16:00	HapAteliér – pro přihlášené
	13:30 – 15:00	PAMĚŤOLAMY – Tentokrát procvičíme Vaše znalosti z oblasti zimních olympijských her. Přihlašování do čtvrtku 1. 3. u Lucie Fildánové.
Pá 2.3.	14:00 – 15:00	HUDEBNÍ OKÉNKO – Pojdme se podívat do doby královny Kleopatry a Hamleta, královny dánského. Povíme si zajímavosti z jejich života a pustíme si ukázky ze stejnojmenných českých muzikálů. Více informací v samostatné pozvánce. Přihlašování u Reginy Holíkové do čtvrtka 1. 3.

10. týden

Po 5.3	9:00 – 11:30	HapAteliér – pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – pro přihlášené
	13:30 – 16:30	SPORTOVNÍ CHŮZE – cca 8-9 km po okolí Brněnské přehrady. Sraz 13:30 na zastávce tramvají 1, 3, 11 – Přístaviště. Přihlašování u Magdy Ambrožové do 5. 3.
Út 6.3.	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 7.3.	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).
	9:15 – 13:30	PUTOVÁNÍ MĚSTSKOU ČTVRTÍ – Líšeň. Další z cyklu poznávacích vycházek. Projdeme se až do Mariánského údolí s možností zastávky u občerstvení, celková trasa bude cca 4 km. Přihlašování do pondělí 5. 3. u Lucie Fildánové. Víte o Líšni něco zajímavého nebo

	znáte dobře jinou městskou část? Pomozte nám vycházku naplánovat. S vašimi náměty kontaktujte Lucii Fildánovou.	
	15:30 – 18:00	HapAteliér – pro přihlášené
Čt 8.3.	13:30 – 16:00	HapAteliér – pro přihlášené
	14:00 – 15:30 BESEDA - VIRTUÁLNÍ PROCHÁZKA PO LESNICKÉM SLAVÍNĚ. Paní Ing. Prýmková zná okolní lesy jako málokdo jiný. Dozvíme se, co je v nich zajímavého a natěšíme se na společné výlety do okolí Brna. Součástí bude i „kvíz“ s lesní tematikou. Přihlašování do úterý 6. 3. u Magdy Ambrožové.	
Pá 9.3.	14:00 – 16:00 PANELAND – Navštívíme výstavu interiérů panelových bytů ze 70. a 80. let v Moravské galerii. Čeká nás speciální komentář k výstavbě panelových sídlišť, které se staly urbanistickým, architektonickým a designérským experimentem. Exponáty si můžeme hapticky prohlédnout a společně při tom zavzpomínat. Více informací v samostatné pozvánce. Přihlašování do pondělí 5. 3. u Reginy Holíkové.	

11. týden

Po 12.3.	9:00 – 11:30	HapAteliér – pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – pro přihlášené
	13:45 – 16:00 PROHLÍDKA PIVOVARU HAUSKRECHT – bude zahrnovat i degustaci, domů si odnesete exkluzivní „prohlídkovou“ sklenici. Vstupné je pro nás sníženo na 100Kč/os. Kapacita je omezená na 15 osob. Přihlašování do pondělí 5. 3. u Lucie Fildánové.	
Út 13.3.	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 – 14:30	Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů).
St 14.3.	11:00 - 12:00 SOLNÁ JESKYNĚ – Brzy bude končit zima, přijďte posílit svou imunitu a zabojoval s jarní únavou. Přihlašování do 7. 3. do 12:00 u Reginy Holíkové. Prosíme o včasné přihlášení, jeskyně je rezervovaná a majitelka požaduje záruku, že se rezervace nezruší.	
	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 15.3.	13:30 – 16:00	HapAteliér – pro přihlášené
Pá 16.3.	10:00 – 12:00	BESEDA SOCIÁLNÍ REHABILITACE - Jak číst s porozuměním a pamatovat si. Besedu uvádí lektor PhDr. Zbyněk Galvas, psycholog. Informace a přihlášky u M. Švejdové, e-mail svejdova@tyflocentrumbрно.cz .
	14:00 – 16:00	ZPÍVÁNÍM KU ZDRAVÍ - Přijďte si vyzkoušet, jaký je váš dech, rytmus a hlas. Zpěv není jen o hlase, i když ten je nedílnou součástí. Zaměříme se na správné dýchání, protáhneme se v rytmu našeho těla a zazpíváme si nejen lidové písně. Umět zpívat není podmínkou. Přihlašování do středy 14. 3. u Lucie Fildánové.

12. týden

Po 19.3.	9:00 – 11:30	HapAteliér – Velikonoční dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – Velikonoční dílny pro přihlášené
Út 20.3.	9:30 – 10:30	Jóga – cvičení s Evou
	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Evou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – pro přihlášené
	14:00 – 16:00	ZVUKOVÁ STŘELBA – Pojd'te si s námi zastřílet ze zvukové pistole, zdokonalit svoji přesnost a zlepšit vnitřní koncentraci. Přihlašování do pátku 16. 3. u Lucie Fildánové.
St 21.3.	14:00 – 15:00	Cvičení s prvky orientu se Zlatou
	15:00 – 16:00	Jóga – cvičení se Zlatou
	15:30 – 18:00	HapAteliér – Velikonoční dílny pro přihlášené
	16:30 – 17:30	Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů).
Čt 22.3.	13:30 – 16:00	HapAteliér – Velikonoční dílny pro přihlášené
Pá 23.3.	14:00 – 15:30	BESEDA O ŠPANĚLSKU – Jak se žije ve Španělsku? Pojd'te ochutnat a ucítit místní kulturu s Michaelou Chasákovou, jejíž rodina ve Španělsku přebývá. Přihlašování do středy 21. 3. u Lucie Fildánové .

13. týden

Po 26.3.	9:00 – 11:30	HapAteliér – pro přihlášené
	10:00 – 12:00	PŘEDVELIKONOČNÍ PONDĚLÍ – povíme si něco o Svatém týdnu, tradicích a zvycích. Některé z nich si rovnou vyzkoušíme v praxi. Přihlašování do středy 21. 3. u Lucie Fildánové.
	13:00 – 15:30	HapAteliér – pro přihlášené
Út 27.3.	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 – 14:30	Cvičení s míči s Reginou. Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míčů).
St 28.3.	8:45 – 15:00	VÝLET NA ROZHLEDNU CHOCHOLÍK. Pojdte společně s vyškovskými klienty na jarní procházku cca 7 km. Rostou všude první jarní kytičky a cesta bude pohodlná. Více informací v samostatné pozvánce. Přihlašování do středy 14. 3. u Reginy Holíkové.
	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

DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ:

Vážení klienti, prosíme o včasné přihlašování na aktivity do termínů uvedených v Programu. Zbytečně nastávají situace, kdy aktivita je zrušena pro malý počet zájemců, přestože se následně po termínu přihlašují další.

Bud'te prosím k sobě navzájem ohleduplní, dodržujte prosím daná pravidla a přihlašujte se na aktivity včas.

Těšíme se na další společně strávené chvíle a zážitky.

Pracovnice Centra aktivizace

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

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)

515 919 671
fildanova@tyflocentrumbrno.cz.

Lucie Fildánová, DiS.

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)