



Program aktivit Brno – září 2018

36. týden

| | | |
|---------|--|-----------------------------------|
| Po 3.9. | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Út 4.9. | 8:30- 17:00 Z JESKYNĚ DO ZAHRADY SMYSLŮ - vydáme se z Rudky do Lysic objevovat krajinu přírodní i kulturní. Více informací naleznete v pozvánce. Přihlašování do pondělí 27. 8. u Lucie Fildánové. | |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| St 5.9. | 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 6.9. | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Pá 7.9. | 10:00 – 12:00 BESEDA SOCIÁLNÍ REHABILITACE - Nové trendy přístupu k léčbě neuróz a depresí. Besedu uvádí lektor PhDr. Zbyněk Galvas, psycholog. Informace a přihlášky u M. Švejdové, svejdova@tyflocentrumbrno.cz . | |
| | 13:30 – 15:00 PAMĚŤOLAMY – Přijďte si potrápit paměť a zapojit vaše smysly! Přihlašování do pondělí 3. 9. u Lucie Fildánové. | |

37. týden

| | | |
|----------|---|---|
| Po 10.9. | 8:30 – 17:00 BÍLÉ KARPATY - V národní přírodní rezervaci Čertoryje budeme obdivovat krásu luk, které patří k druhově nejbohatším na světě. Celková trasa cca 5 km. Přihlašování do úterý 4. 9. u Lucie Fildánové. Bližší informace naleznete v pozvánce. | |
| | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Út 11.9. | 9:30 – 10:30 | Jóga – cvičení s Evou |
| | 10:30 – 11:30 | Cvičení na židlích s Evou |
| | 13:30 – 14:30 | Cvičení s míči - Cvičení zaměřujeme na cviky proti bolavým zádkům a na procvičení pánevního dna a prevenci inkontinence. |

| | | |
|----------|---------------|---|
| | | Přihlašování u Reginy Holíkové nejpozději den před aktivitou (omezený počet míst). |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| St 12.9. | 10:00-12:00 | EXKURZE V ČESKÉ TELEVIZI – exkurze v ČT a návštěva pracoviště, kde se nahrávají zvukové popisy včetně praktické ukázky. Přihlašování do pondělí 3. 9. u Lucie Fildánové. |
| | 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 |
| | 17:00 | SETKÁNÍ S HANOU FREJKOVOU (z nabídky Židovského muzea). Zpěvačka a herečka, jejíhož otce, popravili ve vykonstruovaném procesu s tzv. protistátním spikleneckým centrem Rudolfa Slánského. Bolestné hledání pravdy o minulosti i nacházení vlastní identity popsala v autobiografické knize Divný kořeny, která má i svou audioverzi. Sraz 16:40 na zastávce tramvaje č. 1 na Moravském nám. Vstupné 30 Kč. Přihlašování do čtvrtku 6. 9. u Magdy Ambrožové. |
| Čt 13.9. | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| Pá 14.9. | 14:00 – 16:00 | ZPÍVÁNÍM KU ZDRAVÍ - Přijďte si vyzkoušet jaký je váš dech, rytmus a hlas. Umět zpívat není podmínkou. Přihlašování do pondělí 10. 9. u Lucie Fildánové. |

38. týden

| | | |
|----------|---------------|---|
| Po 17.9. | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 14:00 – 15:30 | HUDEBNÍ OKÉNKO - BOŽSKÝ KÁJA - V mládí chtěl být malířem, ale stal se králem a to popu. Byl takovým českým „Elvisem“. Povíme si, jak se postupně přeměnil v českého Sinatru. |
| | 15:30 – 16:00 | TANEC V SEDĚ – Tato netradiční taneční metoda je určena těm, kteří nemohou kvůli různým zdravotním omezením klasicky tančit. Přihlašování na obě aktivity u Reginy Holíkové nejpozději do 10. 9. |
| Út 18.9. | 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 14. 9. u Lucie Fildánové. | |
| | 17:00 - PO STOPÁCH ŽIDOVSKÝCH ARCHITEKTŮ (z nabídky Židovského muzea). Architektura byla v Brně vždy na vysoké úrovni. Židovští objednavatelé staveb preferovali zejména „své“ architekty. Vznikly pozoruhodné realizace od známých i zapomenutých architektů. Po jejich stopách povede komentovaná procházka s historickou architekturou. Sraz v 16:50 u sochy Jošta na koni na Moravském nám. Vstupné 30 Kč. Přihlašování do čtvrtku 6. 9. u Magdy Ambrožové. | |
| St 19.9. | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| | 13:45 – 16:30 PUTOVÁNÍ MĚSTSKOU ČTVRTÍ – TUŘANY A CHRILICE – Vydáme se po zajímavých místech těchto městských částí. Naše putování zakončíme u NC Olympia. Čas a místo setkání budou upřesněny začátkem září. Celková trasa cca 5 km. Přihlašování do středy 12. 9. u Lucie Fildánové. | |
| Čt 20.9. | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – pro přihlášené |
| So 22.9. | TYFLOBRNO – soutěž v prostorové orientaci. Přihlašování do 6. 9. u Lucie Fildánové. | |

39. týden

| | | |
|----------|---|-----------------------------------|
| Po 24.9. | 14:00 – 16:00 ZPÍVÁNÍM KU ZDRAVÍ - Přijďte si vyzkoušet jaký je váš dech, rytmus a hlas. Umět zpívat není podmínkou. Přihlašování do středy 19. 9. u Lucie Fildánové. | |
| | 9:00 – 11:30 | HapAteliér – dílny pro přihlášené |
| | 13:00 – 15:30 | HapAteliér – dílny pro přihlášené |
| Út 25.9. | 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 26.9. | 13:30-17:00 PODZIMNÍ HAPPENING – Setkání v Přírodní zahradě u smrku, tentokrát na téma O zdravém spánku, snech a snění. Více informací v pozvánce. Přihlašování do středy 19. 9. u Lucie Fildánové. | |
| | 15:30 – 18:00 | HapAteliér – dílny pro přihlášené |
| Čt 27.9. | 10:30 – 11:30 NÁVŠTĚVA SOLNÉ JESKYNĚ NA ORLÍ ULICI č. 16. Sraz 10:20 před vchodem. Přijďte vyzkoušet, jak to vypadá v solné jeskyni v samém srdci Brna. Přihlašování do středy 19. 9. u Reginy Holíkové. | |
| | 13:30 – 16:00 | HapAteliér – dílny pro přihlášené |

PŘIPRAVUJEME PRO VÁS: cyklus pravidelných přednášek zaměřený na komunikační dovednosti a asertivitu. Případní zájemci necht' se předběžně hlásí u kteréhokoli pracovníka 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 Mgr. Magda Ambrožová
ambrozova@tyflocentrumbrno.cz

515 919 671, 774 715 095 Lucie Fildánová, DiS.
fildanova@tyflocentrumbrno.cz.

774 715 108 Regina Holíková
holikova@tyflocentrumbrno.cz

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*)