



Program aktivit Brno – červenec - srpen 2019

27. týden

Po 1.7.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Út 2.7.	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Magdou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
St 3.7.	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 4.7.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 5.7.	STÁTNÍ SVÁTEK	

28. týden

Po 8.7.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	<u>10:00 – 12:00: RESTARTUJTE SE FYZICKY I MENTÁLNĚ</u> První z besed v rámci cyklu z oblasti zdravého životního stylu, tentokrát o vnitřní očistě organismu. Přihlašování do 4.7. u Magdy Ambrožové.	
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Út 9.7.	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Magdou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	<u>7:15 – 16:00 LEDNICKÉ RYBNÍKY</u> Komentovaná prohlídka lednických rybníků v zámecké zahradě. Projdeme se krásnou přírodou až k jednomu z nejvyšších minaretů v Evropě. Následně se nalodíme na loď, kterou doplujeme po kanálu zpět k zámku Lednice. Více v samostatné pozvánce. Přihlašování do 2.7. u Lukáše Musila. Projekt EVVO.	
St. 10.7.	<u>12:45 - 14:00 SOLNÁ JESKYNĚ STAR</u> Sraz 12:45 před vchodem do jeskyně na Jugoslávské č. 27. Přijďte si odpočinout a vyzkoušet účinky solné jeskyně v horkých letních dnech. Cena 70 Kč. Přihlašování do 3.7. u Reginy Holíkové.	
	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 11.7.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené

Pá 12.7.	13:30 – 15:30 LIDOVÉ TRADICE LOUTEK Dozvíte se o historii loutek a jejich rozdělení. Čekat na nás budou krásné vyřezávané loutky z lipového dřeva od Míry Nebeského a Antonína Maloně, které se Vám sami představí a nakonec si všechny loutky budete moci i vyzkoušet. Přihlašování do pátku 5.7. u Lukáše Musila.
-----------------	---

29. týden

Po 15.7.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Út 16.7.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	14:00 - 15:30 ZVUKOVÁ STŘELBA	Přijďte si s námi zastrílet pomocí sluchu ze zvukové pistole. Můžete si ověřit, že jste nezapomněli dobře mířit na terč. Přihlašování do 10. 7. u Reginy Holíkové.
St 17.7.	8:45 – 17:00 Z JEŽKOVIC DO DRNOVIC	Projdeme se z Ježkovic do Drnovic, nedaleko Vyškova. Sraz na autobusovém nádraží Zvonařka u informační budovy. Délka trasy je 4,5 km. Trasa je částečně po nezpevněných cestách. Možnost společného oběda. Přihlašování do 10.7. u Reginy Holíkové.
	13:30 – 14:30	Jóga – cvičení se Zlatou
	14:30 – 15:30	Cvičení s prvky orientu se Zlatou
	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 18.7.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 19.7.	10:00 – 12:00 ZPÍVÁNÍM KU ZDRAVÍ	Přijďte si vyzkoušet jaký je váš dech, rytmus a hlas. Umět zpívat není podmínkou. Tentokrát s kytarou. Přihlašování do 12. 7. u Lukáše Musila.
	13:30 - 14:30 CVIČENÍ S MÍČI	Cvičení zaměříme na uvolnění a posílení zádových svalů a na procvičení pánevního dna a prevenci inkontinence. Přihlašování do 17. 7. u Reginy Holíkové.

30. týden

Po 22.7.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	9:15 – 15:00 S PÍSEČNÍKEM PŘES MARIÁNSKÉ ÚDOLÍ DO PODOLÍ	
	Půjdeme cestou, kterou určitě neznáte. Více informací naleznete v pozvánce. Přihlašování do 17.7. u Magdy Ambrožové nebo u Reginy Holíkové. Projekt OŽP.	
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Út 23.7.	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Magdou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:30 – 15:00 KNIŽNÍ KLUB	
	Budeme pokračovat, zábavnou formou, v prozkoumávání světa poezie a literatury. Poslechneme si ukázky krátkých povídek. Každý z vás nás může obohatit svým pohledem na literaturu. Přihlašování do 17.7. u Reginy Holíkové.	
St 24.7.	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:30 – 15:30: RESTAURUJTE SE FYZICKY I MENTÁLNĚ	
	Opakování besedy z 8.7. První z besed v rámci cyklu z oblasti zdravého životního stylu, opět o vnitřní očistě organismu. Přihlašování do 22.7. u Magdy Ambrožové.	
Čt 25.7.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené

31. týden

Po 29.7.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:30 – 15:00 PAMĚTOLAMY	
	Přijďte si potrápit paměť a zapojit Vaše smysly! Přihlašování do 24.7. u Lukáše Musila.	
Út 30.7.	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Magdou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
St 31.7.	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 1.8.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 2.8.	13:30 - 14:30	Cvičení a posilování na židlích s Magdou

32. týden

Po 5.8.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Út 6.8.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené

	<u>13:30 – 15:00 ZVUKOVÁ STŘELBA</u> Pojďte si s námi zasoutěžit ve střelbě ze zvukové pistole. Můžete si ověřit nejen svoji mušku, ale i dobrý sluch. Přihlašování do 1.8. u Reginy Holíkové	
St 7.8.	15:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 8.8.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 9.8.	<u>13:30 – 15:00 LIDOVÉ TRADICE LOUTEK</u> Navážeme na minulé setkání. Opět na nás budou čekat krásné a vyřezávané loutky z lipového dřeva od Míry Nebeského a Antonína Maloně. Tentokrát zabrousíme do exotických krajin, kde se loutkové fantazii nekladou meze. Přihlašování nejpozději do 2.8. u Lukáše Musila.	

33. týden

Po 12.8.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Út 13.8.	<u>7:30 – 16:00 KŘIVÉ JEZERO</u> Komentovaná procházka pod pálavským kopcem v chráněné oblasti řeky Dyje, kde hnízdí vzácné druhy ptactva. Odpoledne návštěva Archeoparku v Pavlově. Více v samostatné pozvánce. Přihlašování do 5.8. u Reginy Holíkové. Projekt EVVO.	
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
St 14.8.	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 15.8.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 16.8.	<u>10:00 – 12:00 ZPÍVÁNÍM KU ZDRAVÍ</u> Přijďte si vyzkoušet jaký je váš dech, rytmus a hlas. Umět zpívat není podmínkou. Zazpíváme si nejen lidové písně, ale zavzpomínáme i na písně, které jsme zpívali u táborového ohně. Přihlašování do 15.8. u Lukáše Musila.	

34. týden

Po 19.8.	9:00 – 11:30	HapAteliér – kurz výroby tašky
	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	<u>13:15 - 14:00 PŘEDSTAVENÍ PLÁNŮ BUDOVOY TYFLOCENTRA BRNO CHALOUPKOVA 7(Velká klubovna)</u> Přijďte si poslechnout, jak bude vypadat naše	

	(i vaše) nová budova, která je již ve výstavbě. Na vše, co vás bude zajímat, vám odpoví paní ředitelka RNDr. Hana Bubeníčková.	
	14:30 – 17:30 SRDCEM V BOLÍVII Zbyněk Plichta pracoval jako dobrovolník v Bolívii. Přijde se podělit o své cestovatelské zážitky a postřehy. Víte co je Salchipapas? Pokud ne, tak jej na této besedě můžete ochutnat. Více v samostatné pozvánce. Přihlašování do 9.8. u Reginy Holíkové.	
Út 20.8.	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Magdou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – kurz výroby tašky
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
St 21.8.	9:00 – 11:30	HapAteliér – kurz výroby tašky
	9:30 – 10:30	Jóga – cvičení se Zlatou
	10:30 – 11:30	Cvičení s prvky orientu se Zlatou
	8:00 – 13:00 VRANOV Komentovaná vycházka v okolních lesích Vranova s paní Prýmkovou. Téma vycházky je kůrovec. Délka trasy je cca 4 km. Čas aktivity je orientační, všem přihlášeným bude přesný čas srazu a návratu upřesněn. Sraz - Královo pole nádraží, před vstupem do budovy. Přihlašování do 13.8. u Reginy Holíkové. Projekt OŽP.	
	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 22.8.	9:00 – 11:30	HapAteliér – kurz výroby tašky
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 23.8.	10:30 – 11:30	Cvičení a posilování na židlích s Magdou

35. týden

Po 26.8.	9:00 – 11:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	13:00 – 15:30	HapAteliér – dílny pro přihlášené
	10:00 – 12:00 PÉTANQUE Zahrajeme si opět v Lužáneckém parku. Sraz účastníků v 10 hodin na zastávce tramvaje č. 1 a 6 Pionýrská. Přihlašování do 22. 8. u Magdy Ambrožové.	
Út 27.8.	10:30 – 11:30	Cvičení na židlích s Magdou
	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
St 28.8.	13:30 – 18:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Čt 29.8.	13:30 – 16:00	HapAteliér – dílny pro přihlášené
Pá 30.8.	13:30 - 14:30	Cvičení a posilování na židlích s Magdou

V letních měsících budeme opět v dopoledních hodinách (9:00-12:30) navštěvovat koupaliště v Králově Poli. Přihlašujte se do seznamu zájemců. Přesné datum aktivity bude určováno v závislosti na počasí a zájemci budou kontaktováni telefonicky.

Každý čtvrtek můžete navštívit sociálně právní poradnu a poradnu PC pomůcek v době od 13 do 16 hod.

Krásné léto přeje tým Centra aktivizace a poradenství

BLIŽŠÍ INFORMACE A PŘIHLÁŠENÍ NA AKCE:

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

Mgr. Lukáš Musil

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

Mgr. Magda Ambrožová

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 Hradílková (*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*)