

BRNĚNSKÉ DNY

září - říjen 2022

PRO SENIORY



Akce se koná
pod záštitou
1. náměstka primátorky
statutárního města Brna
Mgr. Petra Hladíka

B | R | N | O

Program kampaně na zdravi.brno.cz



Milé babičky,
milí dědečkové,
vážení senioři,

spokojené stáří je obrovská hodnota, o kterou by se měla přičinit celá společnost. Svou nezastupitelnou úlohu zde hraje samozřejmě i město, které vytváří podmínky pro to, aby naše maminky, tatínci, babičky a dědečkové mohli žít zdravý, aktivní, nezávislý a bezpečný život s vědomím, že nejsou sami, že jsou váženou součástí naší společnosti i lokálních komunit a že nám mladším mají co předat.

I proto město Brno každoročně pořádá dny seniorů, kdy vytváří po dobu prvních dvou podzimních měsíců zajímavý program zaměřený na aktivní trávení volného času. V rámci letošního ročníku se můžete zúčastnit například kurzů tréninku paměti, výtvarných či pohybových aktivit.

Příležitostí ke společnému setkání bylo za poslední roky kvůli covidu poměrně málo a věřím, že spousta z Vás podobné akce chyběly.

Proto Vás srdečně zvou na některý z programů konaných v rámci Brněnských dnů pro seniory.

S úctou

Mgr. Petr Hladík

1. náměstek primátorky statutárního města Brna

PROGRAM 2022

30. 8. 2022 / 16:00-19:30

Dračí lodě se zpěvem a smíchovky

Pojedete na dračích lodích. Připravíte si na neobvyklé zážitky + nové pohledy na Brno. Po jízdě příjemné posezení s občerstvením, kytarou a zpěvem. Pobavíte se i dračími smíchovky. Velmi vhodné i pro děti.

Místo konání: Dračí lodě, Loděnice ČVK, Veslařská 179, Brno - Jundrov

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné na tel. 602 766 618 nebo e-mail: blanka.urb@email.cz

Vstupné: 150 Kč pro dospělé, 50 Kč děti od 4 do 15 let

Organizátor: UNIE ROSKA, reg. org. ROSKA - město Brno, z. p. s., www.roska-bm.cz

SaBba Sdružení aktivní babičky a dědečci, www.babickysabba.cz

4. 9. 2022 / 19:00

Opera Brundibár

Dětskou operu Hanse Krásky na libreto Adolfa Hoffmeistersa v režii Anny Davidové provedou členové orchestru Filharmonie Brno s dětským sborem Kantiléna.

Místo konání: Besední dům

Vstupné: sleva ve výši 50 % - vstupenky se slevou „Brněnské dny pro seniory“ zakoupíte v předprodeji Filharmonie Brno (ul. Besední, po -pá 12:00-18:00) nebo online na <https://filharmonie-brno.cz/events/brundibar/> zvolením slevy Senioři BDPS 50 % v nabídce slev u koncertu.

Organizátor: Filharmonie Brno, příspěvková organizace, Komenského náměstí 534/8, Brno, www.filharmonie-brno.cz

5. 9. 2022 / 14:00

Trénování paměti v KJM

Jak funguje náš mozek a proč je dobré trénovat naši paměť? Nejen o tom si budeme povídat, včetně praktických cvičení.

Místo konání: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, Vojtova 7

Přihlášení/registrace: není nutné

Vstupné: zdarma

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěvková organizace, Koblížná 4 <https://www.kjm.cz/>

7. 9. 2022 / 16:30 – 18:00

Zpátky na parket: Taneční kurz pro seniory

„Tanči, dokud můžeš, tanči“... To jsou slova známé české písně, která jsou zároveň mottem tanečního kurzu. Vraťte se s námi zpátky na parket, osvěžte si kroky společenských tanců a získajte nejen dobrý pocit z pohybu. Na lekce se může přihlásit každý, kdo je dříve narozený (55+), má radost ze života a ví, že se hýbeme nejen pro zdraví, ale i pro radost! Téma kurzu: Prvorepublikový foxtrot.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

9. 9. 2022 / 10:00 – 11:30

Obezřetný senior

Preventivní besedy pro seniory zaměřené na aktuální trendy podvodníků a zloděů. Součástí prezentace budou i krátká doprovodná videa zachycující časté legendy podvodníků a dále informace o bezpečnosti v silničním provozu.

Místo konání: Magistrát města Brna, Malinovského nám 3, 1. patro – zasedací místnost 111

Přihlášení/registrace: e-mail: zukalova.lydie@brno.cz, tel. 542 172 434

Vstupné: zdarma

Organizátor: Policie České republiky, Krajské ředitelství policie Jihomoravského kraje, Oddělení tisku a prevence, Kounicova 24, 611 32 Brno

9. 9. 2022 / 10:30 – 11:15

Rehabilitační cvičení – ukázková lekce

Unikátní možnost cvičení v Brně pro osoby s totální endoprotézou. Skupinové cvičení pod vedením fyzioterapeutky se soustředí zejména na posílení oslabeného pohybového aparátu a na správné držení těla. Cílem rehabilitačního cvičení je dosažení optimálního funkčního stavu a prevence pozdějších komplikací. Přijďte si vyzkoušet ukázkovou lekci zdarma.

Místo konání: Bašty 8, Brno, 4. patro

Přihlášení/registrace: přihlášky nutné (omezená kapacita) e-mailem: info@spokojenysenior-klas.cz, nebo tel. 730 805 857

Vstupné: zdarma

Organizátor: Spokojený senior – KLAS, z. s., Bašty 8, Brno, www.spokojenysenior-klas.cz

9. 9. 2022 / 14:00 – 16:00

Přednáška: Jak chránit své zdraví

Poskytování informací spotřebitelům v oblasti zdravotnictví - zdravotní péče. Pozor na nákupy potravinových doplňků z e-shopů-nákupní galerie. Pozor na rizika u seniorů-nákupy nebezpečných zdravotních pomůcek v nabídkách e-shopů.

Místo konání: SOS-Asociace, z. s. - Mečová 5, 3.patro-výtah

Přihlášení/registrace: nutná registrace na tel. 542 210 778, 542 210 549

nebo e-mailem: gerta.mazalova@seznam.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: SOS-Asociace, z. s. Mečová 5, Brno, <http://www.asociace-sos.cz/>

12. 9. 2022 / 10:00 – 12:00

Muzikoterapie pro seniory

Muzikoterapie je metoda, která používá hudbu jako léčebný prostředek. Jejím cílem je lépe poznat své tělo, zlepšit pohyb, paměť a komunikaci s druhými lidmi. Akce je určená pro každého, koho zajímají léčivé účinky hudby a má zájem se seznámit s metodami a technikami aktivní muzikoterapie.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno

Přihlášení/registrace: Mgr. Petr Škranc - e-mail: petr.skranc@klarapomaha.cz, tel.: 739 011 672

Vstupné: zdarma

Organizátor: Klára pomáhá z. s., tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, www.klarapomaha.cz

13. 9. 2022 / 9:00 – 10:00

Zdravotní cvičení

Kompenzační cvičení, hluboké stabilizační cviky, cvičení na židlích, vhodné pro cvičence 60 – 85 let. Pod vedením Mgr. Lenky Kotkové

Místo konání: Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné, omezená kapacita, recepce@kaveeska.cz, 775 857 959

Vstupné: zdarma

Organizátor: Káveeska p. o., Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno, www.kaveeska.cz

13. 9. 2022 / 10:00 – 11:00

Taneční cvičení

Přirozený pohyb s hudbou, cvičení s pomůckami v rytmu, přizpůsobeno věku a kondici, cvičení na židlích. Pod vedením Mgr. Lenky Kotkové.

Místo konání: Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné, omezená kapacita, recepc@kaveeska.cz, 775 857 959

Vstupné: zdarma

Organizátor: Kávéeska p. o., Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno, www.kaveeska.cz

14. 9. 2022 / 14:00 – 16:00

Setkání pečujících

Přijďte posedět u drobného občerstvení, podělit se s ostatními o radosti i strasti péče o blízkého.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115

Přihlášení/registrace: není nutná, více informací na tel. 733678890, Zdeňka Michálková

Vstupné: zdarma

Organizátor: Unie pečujících z. s., tř. Kpt. Jaroše 3, www.uniepecujících.cz

14. 9. 2022 / 16:30 – 18:00

Zpátky na parket: Taneční kurz pro seniory

„Tanči, dokud můžeš, tanči“... To jsou slova známé české písně, která jsou zároveň mottem tanečního kurzu. Vraťte se s námi zpátky na parket, osvěžte si kroky společenských tanců a získejte nejen dobrý pocit z pohybu. Na lekce se může přihlásit každý, kdo je dříve narozený (55+), má radost ze života a ví, že se hýbeme nejen pro zdraví, ale i pro radost! Téma kurzu: Česká polka.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace (omezená kapacita) - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

15. 9. 2022 / 10:00

Trénování paměti v KJM

Jak funguje náš mozek a proč je dobré trénovat naši paměť? Nejen o tom si budeme povídat, včetně praktických cvičení.

Místo konání: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, pobočka Bystrc, Vondrákova 15

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěvková organizace, Kobližná 4, Brno, <https://www.kjm.cz/>

15. 9. 2022 / 10:00 – 12:00

Skupinová aktivizační služba pro seniory

Pravidelná setkání jsou určena seniorům, kteří se cítí osaměle. Zveme vás ke vzájemnému sdílení, k získání tipů na bezplatné akce, procvičení paměti a protáhnutí se při pohybových aktivitách vsedě. Přijďte si užít příjemné dopoledne ve společnosti vrstevníků.

Místo konání: Biskupská 280/7, Brno

Přihlášení/registrace: Mgr. Ivana Fraňková, +420 735 747 813, ivana.frankova@crsp.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Centrum pro rodinu a sociální péči, Biskupská 280/7, Brno, www.crsp.cz

15. 9. 2022 / 16:00 – 19:00

Drátkovací dílna

Tříhodinová dílna, drátkování a korálkování, spojování skel a drátů, vytvoříte si dle vlastního návrhu zajímavé dekorace a dárky.

Místo konání: Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno 639 00

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné, omezená kapacita míst, recepc@kaveeska.cz, 775 857 959

Vstupné: zdarma

Organizátor: Kávéeska p. o., Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno, www.kaveeska.cz

16. 9. 2022 / 14:00 – 16:00

Přednáška: Pacient spotřebitel

Poskytování informací spotřebitelům v oblasti zdravotnictví - zdravotní péče. Pozor na nákupy potravinových doplňků z e-shopů-nákupní galerie. Pozor na rizika u seniorů-nákupy nebezpečných zdravotních pomůcek v nabídkách e-shopů.

Místo konání: SOS-Asociace, z.s. – Mečová 5, 3.patro-výtah

Přihlášení/registrace: telefonicky: 542 210778, 542 210549 nebo e-mailem: gerta.mazalova@seznam.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: SOS-Asociace, z.s. Mečová 5, Brno, <http://www.asociace-sos.cz/>

17. 9. 2022

Senioři v pohybu

Jedná se již o 6.ročník. Akce skloubí sportovní venkovní aktivity pro seniory a setkávání seniorů z celého kraje. Je zde možnost vyzkoušení méně obvyklých her – kubb, molky, bolo-bolo. Více na webových stránkách.

Místo konání: Ráječko u Blanska

Přihlášení/registrace: telefonicky – Eva Jalovecká, tel. 603 553 997, e-mail: jihomoravsky@caspv.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Jihomoravská krajská asociace Sport pro všechny, z.s., Merhautova 46, Brno

<http://www.sportprovsechny-jmk.cz/>

18. 9. 2022 / 14:00 – 17:00

Svátek seniorů

Zábavné a společenské odpoledne u příležitosti Mezinárodního dne seniorů.

Místo konání: Zelný trh v Brně

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.svatekseniou.cz

18. 9. 2022 / 11:00, 13:00, 16:00

Kam kráčí Zoo?

V rámci akce oslav Mezinárodního dne pro seniory 2022 na Zelném trhu bychom rádi seniorkám a seniorům nabídli vzpomínku na minulost a výhled do budoucnosti Zoologických zahrad, a to sice prostřednictvím programu „Kam kráčí Zoo?“ Diskuze a společné sledování filmů v zařízení pro virtuální realitu.

Místo konání akce: Virtuální expozice Zoo Brno, Radnická 6, tel. 516 414 364

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zvýhodněné pro seniory - 130 Kč

Organizátor: Zoo Brno a stanice zájmových činností, příspěvková organizace, U Zoologické zahrady 46, Brno, www.Zoobrno.cz

18. 9. 2022 / 19:00

NE VÁLKÁM! Zahajovací koncert sezony

Filharmonie Brno do své 67. sezony vstoupí se svým šéfdirigentem Dennisem Russellem Daviesem a dvěma skladbami, kterými vyjadřujeme jednoznačné NE ruské válečné agresí. Zazní Památník Lidicím Bohuslava Martinů a Šostakovičova Symfonie č. 7 „Leningradská“.

Místo konání: Janáčkovo divadlo

Vstupné: sleva ve výši 50% - vstupenky se slevou „Brněnské dny pro seniory“ zakoupíte v předprodeji Filharmonie Brno (ul. Besední, po -pá 12:00-18.00) nebo online na <https://filharmonie-brno.cz/events/ne-vaalkam-zahajovaci-koncert-sezony/> zvolením slevy Senioři BDPS 50 % v nabídce slev u koncertu.

Organizátor: Filharmonie Brno, příspěvková organizace, Komenského náměstí 534/8, Brno, www.filharmonie-brno.cz

19. 9. 2022 / 16:00 – 18:00

Základy enkaustiky

Kurz základů enkaustiky, dvouhodinová dílna, malování horkým voskem.

Místo konání: CVC Botanka, Botanická 13, Brno

Přihlášení/registrace: nutné přihlášení, omezená kapacita, tel. 725 871 752, recepce@botanka.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: CVC Botanka, Botanická 13, Brno, www.botanka.cz

19. - 23. 9. 2022

„Dvojnožci a čtyřnožci“

Pobyt pro aktivní seniory a seniorky v hotelu Horník na Vysočině. Cvičení, výlety, procházky, trénink paměti, kognitivní programy, canisterapie.

Místo konání: hotel Horník, Tři Studně, Vysočina

Přihlášení/registrace: telefonicky - 728 652 335 nebo e-mailem: benesova@filianek.cz

Vstupné: cena pobytu 4.000,- /osoba

Organizátor Filiánek, z.s., Antonínská 18, 602 00 Brno, www.filianek.cz

20. 9. 2022 / 13:30/ 14:30

Ukázkové lekce pro seniory s Míšou Nešporovou

Trénink paměti / Zdravotní cvičení aneb jak zůstat svěží i v seniorském věku

Místo konání: komunitní centrum Skála Oblá 54a, Brno – Nový Lískovec

Přihlášení/registrace: Hana Pospíšilová, e-mail: pospisilova@nlskovec.brno.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: MČ Nový Lískovec, www.novy-liskovec.cz.

20. 9. 2022 / 15:00 – 19:00

Den otevřených dveří v Maltézké pomoci – centrum Brno

V rámci Dnů otevřených dveří v Maltézké pomoci – centrum Brno se mohou účastníci dozvědět, jakým způsobem Maltézká pomoc pomáhá seniorům a lidem se zdravotním postižením, jaké služby a aktivity pro ně nabízí. Od 16:00 h přednáška na téma Epilepsie ve stáří.

Místo konání: Maltézká pomoc, Dvořákova 13 (2.patro), Brno 60200

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Maltézká pomoc, Dvořákova 13, Brno, www.maltezskapomoc.cz

20. 9. 2022 / 15:00 – 17:00

Oživaji!... Po stopách soch ve veřejném prostoru I. - lektorovaná vycházka

Trasa vede mezi obytnými domy a žabovřeskými parky a je nenáročná. Pokud se vám termín nehodí, tak si procházku můžete projít i samostatně, stačí si stáhnout průvodce s názvem „Oživaji!... Po stopách soch ve veřejném prostoru“ na www.forvisitors.cz/ke-stazeni/.

Místo konání: sraz v 15:00 h u zastávky MHD Vychodilova, konečná zastávka trolejbusu č. 34

Přihlášení/registrace: rezervace nutná formou SMS na tel. č. 739 359 688 nejpozději do 19.9.2022 – kapacita omezena

Vstupné: zdarma

Organizátor: projekt FOR VISITORS / Poznávejme hravě, www.forvisitors.cz a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno, www.stabilstudio.cz

21. 9. 2022 / 16:30 – 18:00

Zpátky na parket: Taneční kurz pro seniory

„Tančí, dokud můžeš, tančí“... To jsou slova známé české písně, která jsou zároveň mottem tanečního kurzu. Vraťte se s námi zpátky na parket, osvěžte si kroky společenských tanců a získajte nejen dobrý pocit z pohybu. Na lekce se může přihlásit každý, kdo je dříve narozený (55+), má radost ze života a ví, že se hýbeme nejen pro zdraví, ale i pro radost! Téma kurzu: Něžný waltz.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace (omezená kapacita) - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

21. 9. 2022 / 10:15

Trénování paměti v KJM

Jak funguje náš mozek a proč je dobré trénovat naši paměť? Nejen o tom si budeme povídat, včetně praktických cvičení.

Místo konání: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, Ústřední knihovna, Kobližná 4

Přihlášení/registrace: bez registrace

Vstupné: zdarma

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěvková organizace, Kobližná 4, Brno, <https://www.kjm.cz/>

21. 9. 2022 / 15:00

Trénování paměti v KJM

Jak funguje náš mozek a proč je dobré trénovat naši paměť? Nejen o tom si budeme povídat, včetně praktických cvičení.

Místo konání: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, pobočka Židenice, Stará osada 15

Přihlášení/registrace: bez registrace

Vstupné: zdarma

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěvková organizace, Kobližná 4, Brno, <https://www.kjm.cz/>

21. 9. 2022 / 16:00 – 17:00

Cvičení pro ženy

Nechme vše špatné za sebou a pojďme si společně protáhnout ztuhlé tělo i mysl. Obsahem hodiny je protažení zkrácených svalů, posílení ochablých svalů, uvolnění svalů a relaxace celého těla. Cvičení zvládne každý, probíhá v mírném tempu. Každý cvičí dle svých možností a schopností, důležité je zdravotní hledisko.

Místo konání: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno

Přihlášení/registrace: monika@centrum-mandala.cz nebo objednávkový formulář zde:

<https://www.centrum-mandala.cz/kurzy/cviceni-pro-zeny-2>

Vstupné: zdarma

Organizátor: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno, <https://www.centrum-mandala.cz/>

22. 9. 2022 / 9:00 – 11:00

Ovládání chytrého telefonu pro seniory

Chytrý telefon zažívá v posledních letech velký boom i mezi seniory. Pro jeho snadnější ovládnutí pořádáme vzdělávací kurzy v menších skupinkách a s trpělivým přístupem. Jak taková výuka vypadá si můžete přijít vyzkoušet zdarma na naší ukázkovou lekci (určeno pro uživatele operačního systému Android).

Místo konání: Bašty 8, Brno, 4. patro

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné (omezená kapacita) - info@spokojenysenior-klas.cz, tel. 730 805 857

Vstupné: zdarma

Organizátor: Spokojený senior – KLAS, z.s., Bašty 8, Brno, www.spokojenysenior-klas.cz

22. 9. 2022

Celodenní výlet na zámek Milotice

Výlet z Brna hromadnou dopravou, prohlídka zámku, prohlídka města s průvodcem Ing. Antonínem Moravcem z KČT, bližší informace pro přihlášené.

Místo konání: Milotice

Přihlášení/registrace: nutná rezervace: tel. 725871752, e-mail: recepce@botanka.cz

Vstupné: vstupné a jízdné si hradí každý sám.

Organizátor: CVC Botanka, Botanická 13, Brno, www.botanka.cz

22. 9. 2022 / 13:00 – 15:00

Tablet krok za krokem pro seniory

Ukázková lekce práce s tabletem pro seniory. Základní seznámení s tablety, které vám zapůjčíme (pracujeme v operačním systému Android). Nabízíme práci v malých skupinkách, individuální přístup a empatické lektoři.

Místo konání: Bašty 8, Brno, 4. patro

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné (omezená kapacita) - info@spokojenysenior-klas.cz, tel. 730 805 857

Vstupné: zdarma

Organizátor: Spokojený senior – KLAS, z.s., Bašty 8, Brno, www.spokojenysenior-klas.cz

22. 9. 2022 / 16:30

Hudební podvečer pro seniory

Společně si zazpíváme – folklorní skupina Sboreček

Místo konání: komunitní centrum Skála – velký sál, Oblá 54a, Brno – Nový Lískovec

Přihlášení/registrace: Hana Pospíšilová, pospisilova@nliskovec.brno.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: MČ Nový Lískovec, www.novy-liskovec.cz

22. 9. 2022 / 18:00 – 19:30

Tělo ví

Tělo je úžasným nástrojem, který o nás ví vše. Přijďte se zaposlouchat do řeči vlastního těla prostřednictvím pohybu, tance, dechu v bezpečném kruhu s ostatními. I jednoduché pohyby a techniky v nás mohou spustit ozdravné procesy – těla i duše. Přijďte si vyzkoušet prvky tanečně-pohybové terapie.

Místo konání: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno

Přihlášení/registrace: monika@centrum-mandala.cz

nebo objednávkový formulář zde: <https://www.centrum-mandala.cz/kurzy/telo-vi#prihlaska>

Vstupné: zdarma

Organizátor: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno, <https://www.centrum-mandala.cz/>

24. 9. 2022 / 14:00 – 18:00

Zahradní sousedánek

Zahradní slavnost - sousedánek pro všechny přátele přírodních zahrad. Budete si moci prohlédnout naši terapeutickou i klimatickou přírodní zahradu. Dozvíte se, jaké prvky v zahradě nám pomáhají zadržovat vodu, k čemu a jak se vyrábí biouhel a na ohni si budete moci opéct dobroty.

Místo konání: zahrada U Řeky, Kamenná 42a, Brno

Přihlášení/registrace: bez registrace, kontaktní osoba Dana Křivánková, dana.krivankova@lipka.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, příspěvková organizace

Lipová 233/20, Brno, www.lipka.cz

25. 9. 2022 / 14:00 – 16:00

3P = Posilovny (venkovní) + Petanque + Pro (každého)

Zažijete, jak příjemné je správně cvičit v přírodě. Povede vás zkušená lektorka Irena Horká. Přijďte si protáhnout tělo, uvolnit záda, taky si zasoutěžíte s koulemi v ruce. Vhodné pro celé rodiny.

Místo konání: sraz ve 14:00 h na zastávce Kamenolom (tramvaje 1,3 nebo trolejbus č. 30)

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: SaBBa Sdružení aktivní babičky a dědečci, www.babickysabba.cz

26. 9. 2022 / 9:30 – 13:00

Zahradní inspirace

Akce pro seniory. Prohlídka přírodní zahrady, přednáška o zdravé půdě a o životě v ní, ochutnávka z produktů zahrady, posezení u ohně, podzemní dekorace a další výrobky z přírodních materiálů.

Místo konání: Lipka – pracoviště Jezírko, č. p. 97, Brno-Soběšice

Přihlášení/registrace: skupiny nad 5 osob nutno nahlásit Márii Chropeňové,

e-mail: maria.chropenova@lipka.cz nebo tel. 545 228 567

Vstupné: zdarma

Organizátor: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, příspěvková organizace

Lipová 233/20, Brno, www.lipka.cz

27. 9. 2022 / 14:00 – 16:00

Tvořivé setkání pečujících

Budeme tvořit drobný šperk, malovat na hedvábí či tvořit drobné předměty z modelovací hmoty. Výsledný produkt si odnesete domů. Drobné pohoštění zajištěno.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115

Přihlášení/registrace: není nutná, více informací na tel. 733 678 890, Zdeňka Michálková

Vstupné: 50 Kč na materiál, výrobek si odnesete domů

Organizátor: Unie pečujících z. s., www.uniepecujících.cz

Od 27. 9. 2022

Akademie třetího věku - kurz

Termíny pro 1. ročník 2022/2023: 27.9.2022, 11.10.2022, 25.10.2022, 8.11.2022, 22.11.2022, 6.12.2022, 3.1.2023

Zajímá Vás, jak můžete pomoci zvířatům ve volné přírodě? Jaká je historie brněnské Zoo a jaký význam Zoologické zahrady vlastně mají? Přejete si umět správně zareagovat ve chvíli, kdy Vaše zvíře potřebuje první pomoc? Chcete se co nejlépe postarat o svého domácího mazlíčka?

Místo konání: V rámci přednášek postupně navštívíme různá pracoviště Zoo Brno či Hvězdárnu a planetárium Brno. Přednášet budou nejen specialisté ze Zoo Brno, ale také externí odborníci.

Přednášky budou probíhat vždy v úterý od 15:00 do 17:00

Přihlášení/registrace: přihlášky je možné vyplňovat online od 6.6.2022

na stránkách <https://is.Zoobrna.cz/kurzy-pro-dospele/>

Kontakt: Vykydalová Libuše, 702 290 692, nebo na email: vykydalova@Zoobrna.cz

Vstupné: za pololetí 1.100 Kč

Organizátor: Zoo Brno a stanice zájmových činností, příspěvková organizace, U Zoologické zahrady 46, Brno, www.Zoobrna.cz

od 27. 9. do konce roku 2022

Vyšetření paměti

Během hodinky zjistíme na místě formou několika testů, zda jsou vaše potíže s pamětí v normě nebo je třeba je řešit s odborníkem. Primárně určeno pro osoby 60+ věku.

Místo konání: Budova Diakonie ČCE – středisko v Brně, Hrnčířská 27, Brno

Přihlášení/registrace: nutné objednat se na konkrétní termín pouze na tel. č.: 734 166 378

(objednávání od 27.9.)

Vstupné: zdarma

Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, kontaktní místo České alzheimerovské společnosti v Brně, www.diakoniebrno.cz

30. 9. 2022 / 15:00, 18:00

Seniorforum - 28. ročník

Mezinárodní soutěžní přehlídka neprofesionálních filmů autorů starších 58 let bez tematického omezení. Můžete se účastnit jako autoři nebo jako diváci. V 18:00 h vzpomínkový večer na filmaře a publicistu Jiřího Donného. Více informací a program na www.seniorforum.eu

Místo konání: Senior Point, Okružní 21, Brno-Lesná

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Klub historie amatérského filmu, z.s., Krajní 16, č.p. 87, Brno, www.seniorforum.eu

1. 10. 2022 / 9:00 – 17:00

Mezinárodní den seniorů v Zoo Brno

U příležitosti Mezinárodního dne seniorů připravila brněnská zoologická zahrada na tento den jízdu vláčkem zdarma a speciální komentované krmení zvířat.

Místo konání: Zoo Brno

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: 10 Kč pro seniory nad 60 let po předložení dokladu (seniorská jízdenka MHD.)

Organizátor: Zoo Brno a stanice zájmových činností, příspěvková organizace, U Zoologické zahrady 46, Brno, www.Zoobrna.cz

1. 10. 2022 / 10:00 – 18:00

Seniorforum - 28. ročník

Mezinárodní soutěžní přehlídka neprofesionálních filmů autorů starších 58 let bez tematického omezení. Můžete se účastnit jako autoři nebo jako diváci. Více informací a program na www.seniorforum.eu

Místo konání: Senior Point, Okružní 21, Brno - Lesná

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Klub historie amatérského filmu, z.s., Krajní 16, č.p. 87, Brno, www.seniorforum.eu

2. 10. 2022 / 10:30

Seniorforum - 28. ročník – návštěva Technického muzea v Brně

Komentovaná prohlídka expozice Optika Technického muzea v Brně v rámci mezinárodní soutěžní přehlídky neprofesionálních filmů autorů starších 58 let.

Místo konání: Technické muzeum v Brně, Purkyňova 105, sraz v 10:30 h

Přihlášení/registrace: od 26.9. na tel. 605 340 832, omezený počet míst

Vstupné: 120 Kč, senioři nad 60 let 60Kč

Organizátor: Klub historie amatérského filmu, z.s., Krajní 16, č.p. 87, Brno, www.seniorforum.eu

3. 10. 2022 / 9:00 – 10:00

Mezigenerační tanec (tanec seniorů s vnoučaty)

Tanec s partákem je vždy úžasným zážitkem, zvláště, když partákem je vnuk nebo vnučka. Taneční lekci vás provede Lenka Kotková.

Místo konání: KD Rubín – Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky (malý sál v druhém patře)

Přihlášení/registrace: rezervace nutná SMSkou na mobil 739 359 688 nejpozději do 1.10.2022 - kapacita omezena

Vstupné: zdarma

Organizátor: Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno, www.stabilstudio.cz

3. 10. 2022 / 10:00 – 11:00

Zdravotní cvičení pro AKTIVNÍ seniory

Cvičení udržují tělo i mysl v kondici a je tedy skvělým partákem v budování tolik potřebné imunity. Cvičením vás provede Lenka Kotková

Místo konání: KD Rubín – Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky (malý sál v druhém patře)

Přihlášení/registrace: rezervace nutná SMSkou na mobil 739 359 688 nejpozději do 1.10.2022 - kapacita omezena

Vstupné: zdarma

Organizátor: Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno, www.stabilstudio.cz

3. 10. 2022 / 11:00 – 12:00

Tanec pro ženy 60+

Taneční lekce protkaná jednoduchými tanečními kroky, které se na závěr vpletou do půvabné choreografie. Taneční lekci vás provede Lenka Kotková

Místo konání: KD Rubín – Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky (malý sál v druhém patře)

Přihlášení/registrace: rezervace nutná SMSkou na mobil 739 359 688 nejpozději do 1.10.2022 - kapacita omezena

Vstupné: zdarma

Organizátor: Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno, www.stabilstudio.cz

3. 10. 2022 / 13:00 – 15:00

Zdravý krok aneb krácej a poznávej

Hády si můžete představit jako rozlehlý kopec, jehož větší část se nachází v samotném cípu CHKO Moravský kras. A tímto cípem nás svým odborným komentářem doprovodí Ing. Zora Rýparová z organizace Rezekvítek.

Místo konání: lom Hády, Brno, sraz pro přihlášené: 13:00 u restaurace Velká Klajdovka

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné (omezená kapacita) - info@spokojenysenior-klas.cz, tel.730 805 857

Vstupné: zdarma

Organizátor: Spokojený senior – KLAS, z.s., Bašty 8, Brno, www.spokojenysenior-klas.cz

3. 10. 2022 / 19:00

Koncert: Yonathan Avishai trio: Joys & Solitudes

Izraelsko-francouzský klavírista založil trio v roce 2012 ve Francii pod původním názvem Modern Times s izraelským kontrabasistou Yoni Zelnikem a francouzským bubeníkem Donaldem Kontomanou. Jejich poetický kontrabasní styl nepostrádá dramatickostí, dává vynízt silným melodiím a je plný emocí a barev.

Místo konání: Besední dům

Vstupné: sleva ve výši 50 % - vstupenky se slevou „Brněnské dny pro seniory“ zakoupíte v předprodeji Filharmonie Brno (ul. Besední, po -pá 12:00-18:00) nebo online na <https://filharmonie-brno.cz/events/yonathan-avishai-trio-joys-solitudes/> zvolením slevy Seniori BDPS 50 % v nabídce slev u koncertu. Organizátor: Filharmonie Brno, příspěvková organizace, Komenského náměstí 534/8, Brno, www.filharmonie-brno.cz

4. 10. 2022 / 10:00 – 11:00

Cvičení pro ženy

Nechme vše špatné za sebou a pojďme si společně protáhnout ztuhlé tělo i mysl. Obsahem hodiny je protažení zkrácených svalů, posílení ochablých svalů, uvolnění svalů a relaxace celého těla. Cvičení probíhá v mírném tempu. Každý cvičí dle svých možností a schopností, důležité je zdravotní hledisko.

Místo konání: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno

Přihlášení/registrace: monika@centrum-mandala.cz nebo objednávkový formulář zde: <https://www.centrum-mandala.cz/kurzy/cviceni-pro-zeny-2>

Vstupné: zdarma

Organizátor: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno, <https://www.centrum-mandala.cz/>

4. 10. 2022 / 10:00 – 11:00

Taoistické Tai Chi, ukázkové cvičení

Taoistické Tai Chi je cvičení vhodné pro všechny věkové kategorie. Napomáhá udržet zdraví a psychickou kondici.

Místo konání: Centrum STTC, Gorkého 45, Brno-střed

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v České republice, z.s., <https://www.taoisttaichi.org/>

4. 10. 2022 / 13:00 – 15:00

KLUB AKTIVNÍCH SENIORŮ® KLAS - ukázková lekce

KLAS – KLUB AKTIVNÍCH SENIORŮ® je aktivizační program brněnské organizace Spokojený senior. Nabízíme pravidelná tematická setkání seniorů, která jsou doplněna výtvarnou činností či vycházkami. Zúčastněte se jedné z našich pravidelných schůzek, kde můžete vyzkoušet, jak pracujeme a v případě zájmu doplnit naše řady.

Místo konání: Bašty 8, Brno, 4. patro

Přihlášení/registrace: přihlášení nutné (omezená kapacita) - info@spokojenysenior-klas.cz, tel. 730 805 857

Vstupné: zdarma

Organizátor: Spokojený senior – KLAS, z.s., Bašty 8, Brno, www.spokojenysenior-klas.cz

4. 10. 2022 / 15:00 – 17:00

Sváteční odpoledne pro seniory v Novém Lískovci

Posezení s harmonikou při burčáku.

Místo konání: komunitní centrum Skála – velký sál, Oblá 54a, Brno – Nový Lískovec

Přihlášení/registrace: Hana Pospíšilová, pospisilova@nliskovec.brno.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: MČ Nový Lískovec, www.novy-liskovec.cz

4. 10. 2022 / 15:00 – 17:00

Oživaj!... Po stopách soch ve veřejném prostoru II. - lektorovaná vycházka

Trasa vede mezi obytnými domy a žabovřeskými parky a je nenáročná. Pokud se vám termín nehodí, tak si procházku můžete projít i samostatně, stačí si stáhnout průvodce s názvem „Oživaj!... Po stopách soch ve veřejném prostoru“ na www.forvisitors.cz/ke-stazeni/.

Místo konání: sraz v 15:00 h u kapličky na Burianově náměstí, Brno - Žabovřesky

Přihlášení/registrace: rezervace nutná formou SMS na tel. č. 739 359 688 nejpozději do 19.9.2022 - kapacita omezena

Vstupné: zdarma

Organizátor: projekt FOR VISITORS / Poznávejme hravě, www.forvisitors.cz a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno, www.stabilstudio.cz

4. 10. 2022 / 16:00 – 17:00

Život s Alzheimerem

Dozvíte se, jak se tato nemoc projevuje prakticky, jak zvládat péči o takto nemocného doma, osvědčené způsoby komunikace s lidmi s ACH. Jak k nim přistupovat, jak s nimi pracovat, jak předcházet náročným situacím, agresi, atp. Bude prostor i pro vaše dotazy, zkušenosti z praxe.

Místo konání: Budova Diakonie ČCE – středisko v Brně, Hrnčířská 27, Brno

Přihlášení/registrace: nutné objednávat se od 27.9. na tel. č.: 734 166 378 nebo na e-mailové adrese: km.brno@diakoniebrno.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, Kontaktní místo České alzheimerovské společnosti v Brně, www.diakoniebrno.cz

4. 10. 2022 / 17:00 – 18:00

Hudební vystoupení cimbálové muziky Oskoruša

Cimbálka z Hluku, posezení s písničkou, lidové písně, také na přání.

Místo konání: Volnočasové centrum Vojtova, Vojtova 7, Brno

Přihlášení/registrace: recepce@kaveeska.cz, tel. 775 857 959

Vstupné: 50,- Kč

Organizátor: Káveeska p. o., společně s CVČ Botanka, Botanická 13, Brno www.kaveeska.cz

5. 10. 2022 / 16:30 – 18:00

Zpátky na parket: Taneční kurz pro seniory

„Tančí, dokud můžeš, tančí“... To jsou slova známé české písně, která jsou zároveň mottem tanečního kurzu. Vraťte se s námi zpátky na parket, osvěžte si kroky společenských tanců a získejte nejen dobrý pocit z pohybu. Na lekce se může přihlásit každý, kdo je dříve narozený (55+), má radost ze života a ví, že se hýbeme nejen pro zdraví, ale i pro radost! Téma kurzu: Královský valčík.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace (omezená kapacita) - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

5. 10. 2022 / 17:30 – 18:30

Taoistické Tai Chi, ukázkové cvičení

Taoistické Tai Chi je cvičení vhodné pro všechny věkové kategorie. Napomáhá udržet zdraví a psychickou kondici.

Místo konání: Centrum STTC, Gorkého 45, Brno-střed

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v České republice, z.s., <https://www.taoisttaichi.org/>

6. 10. 2022 / 10:00 – 12:00

Skupinová aktivizační služba pro seniory

Pravidelná setkání jsou určena seniorům, kteří se cítí osaměle. Zveme vás ke vzájemnému sdílení, k získání tipů na bezplatné akce, procvičení paměti a protáhnutí se při pohybových aktivitách vsedě. Přijďte si užít příjemné dopoledne ve společnosti vrstevníků.

Místo konání: Biskupská 280/7, Brno

Přihlášení/registrace: Mgr. Ivana Fraňková, +420 735 747 813, ivana.frankova@crsp.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Centrum pro rodinu a sociální péči, Biskupská 280/7, Brno, www.crsp.cz

6. 10. 2022 / 18:00 – 19:00

Taoistické Tai Chi, ukázkové cvičení

Taoistické Tai Chi je cvičení vhodné pro všechny věkové kategorie. Napomáhá udržet zdraví a psychickou kondici.

Místo konání: Centrum STTC, Gorkého 45, Brno-střed

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v České republice, z.s., <https://www.taoisttaichi.org/>

6. 10. 2022 / 17:00 -19:30

ADRAběh

Není dobré, aby člověk byl sám. ADRA propojuje lidi ochotné pomáhat s těmi, kteří pomoc potřebují.

Místo konání: OMNI café, Třešňová 330/2, Brno-Medlánky

Přihlášení/registrace: Přes organizaci Rozběháme Česko (www.rozbehamecesko.cz)

Vstupné: základní registrační poplatek: 250 Kč

Organizátor: Dobrovolnické centrum ADRA Brno, Cejl 37/62, Brno <https://www.facebook.com/AdraBrno/>, <https://www.adra.cz/dobrovolnictvi/brno>

7. 10. 2022 / 10:30 – 12:00

Příběhy pomáhají

Rádi čtete a vyprávíte příběhy? Celý náš svět se skládá z příběhů různého druhu. Sdílet je, vyprávět si je, povídat si o nich bývá nejen zábavou a způsobem trávení volného času, ale také možností dívat se na svět jinak, jinými očima. Přijďte se podělit o své příběhy, vyprávět si o příbězích ostatních a uprostřed toho všeho hledat odpovědi na otázky, které vás trápí.

Místo konání: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno

Přihlášení/registrace: monika@centrum-mandala.cz

nebo objednávkový formulář zde: <https://www.centrum-mandala.cz/kurzy/pribehy-pomahaji>

Vstupné: zdarma

Organizátor: Centrum Mandala z. s., Opletalova 6, Brno, <https://www.centrum-mandala.cz/>

7. 10. 2022 / 14:00 – 16:00

Přednáška: Bezpečné potraviny

Poskytování informací spotřebitelům v oblasti zdravotnictví – zdravotní péče. Pozor na nákupy potravinových doplňků z e-shopů-nákupní galerie. Pozor na rizika u seniorů-nákupy nebezpečných zdravotních pomůcek v nabídkách e-shopů

Místo konání: SOS-Asociace, z.s. - Mečová5, 3.patro-výtah

Přihlášení/registrace: tel. 542 210778, 542 210549 nebo e-mail: gerta.mazalova@seznam.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: SOS-Asociace, z.s. Mečová 5, Brno, <http://www.asociace-sos.cz/>

7. 10. 2022 / 15:00 – 18:00

Podzimní slavnost - Zoo Brno, SEV Hlídka - Středisko ekologické výchovy

Spousta aktivit na téma podzimní přírody pro děti, jejich rodiče a prarodiče, společné tvoření z přírodnin, podzimní příroda všemi smysly v naší zahradě, ochutnávky zdravých dobrot z podzimní úrody, pohybové aktivity v areálu střediska a přilehlém parku

Místo konání: Středisko ekologické výchovy, Hlídka 4, park Špilberk

Přihlášení/registrace: není nutná

Kontakt pro dotazy: Dolejšová Vlad'ka - dolejsova@Zoobrnno.cz, 727971447

Vstupné: 60,- Kč pro seniory nad 60 let

Organizátor: Zoo Brno a stanice zájmových činností, příspěvková organizace, U Zoologické zahrady 46, Brno, www.Zoobrnno.cz, www.sevhlidka.cz

9. 10. 2022 / 14:00 – 17:00

S ROSKOU na draky

Prezentace práce z ergoterapie pacientů s roztroušenou sklerózou.

Místo konání: park na Kraví hoře

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: UNIE ROSKA, reg. org. ROSKA - město Brno, z. p. s., www.roska-bm.cz

9. 10. 2022 / 15:00 – 16:00

Barevný podzim s deštíkem i bez

Módní přehlídka jako inspirace nejen pro pošmourné podzimní dny, ale i pro nevázaná dostaveníčka... Přehlídka bude zakončena překvapením pro všechny generace.

Místo konání: park na Kraví hoře

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: SaBBa Sdružení aktivní babičky a dědečci, www.babickysabba.cz

10. - 14. 10. 2022

„Překážky nás nezastaví aneb Tancem proti nemoci“

Pobyt pro seniory s Parkinsonovým onemocněním a jejich doprovod. Rehabilitační a podpůrná cvičení, tanec, procházky, trénink paměti, kognitivní programy, canisterapie.

Místo konání: hotel Horník, Tři Studně, Vysočina

Přihlášení/registrace: telefonicky - 728 652 335 nebo e-mailem: benesova@filiunek.cz

Vstupné: cena pobytu 4.000,- /osoba

Organizátor: Filiánek, z.s., Antonínská 18, 602 00 Brno, www.filiunek.cz

11. 10. 2022 / v 10:00 nebo v 11:00

Jóga pro babičky, Jóga pro slečny babičky

Zdravotní program, sestavený pro straší ženy probíhá během celého školního roku. Sestává ze cvičení jógy podle systému Jóga v denním životě, naučíte se dechová cvičení a relaxaci celého těla i myslí.

S sebou pohodlné oblečení, podložku na cvičení. Lektorka: MVDr. Pavla Hobstová

Místo konání: Kounicova 3, Brno, vedle cukrárny Kolbaba,

vchod ze suterénu dvora-Zrcadlový sál

Přihlášení/registrace: e-mail: vecernice50@centrum.cz, tel:607 659 654

Vstupné: v tento den pro seniory zdarma

Organizátor: Večernice, zapsaný spolek. www.vecernice50.cz, www.vecernice50.cz

11. 10. 2022 / 9:00 – 11:00

Trénink paměti a zručnosti s dílničkou (KYTKY) pro seniory

Akce zaměřena na představení a ukázky logických deskových her pro všechny generace, posilování paměti, jemné motoriky a zájem pro učení v každém věku prostřednictvím nápaditých rukodělných aktivit. Každý účastník si odnese výrobek z organzy a papíru.

Místo konání: Magistrát města Brna, Malinovského nám 3, 1. patro – zasedací místnost 111

Přihlášení/registrace: e-mail: zukalova.lydie@brno.cz, tel. 542 172 434

Vstupné: zdarma

Organizátor: Dům dětí a mládeže Brno, Helceletova, příspěvková organizace, Helceletova 4, Brno, pobočka Kominíček, Absolonova 20a, Brno – Komín. www.ddmhelceletka

11. 10. 2022 / 14:00 – 16:00

Setkání pečujících

Přijďte posedět u drobného občerstvení, podělit se s ostatními o radosti i strasti péče o blízkého

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115

Přihlášení/registrace: není nutná, více informací na tel. 733678890, Zdeňka Michálková

Vstupné: zdarma

Organizátor: Unie pečujících z. s., www.uniepecujicich.cz

12. 10. 2022 / 10:00 – 12:00

Muzikoterapie pro seniory

Muzikoterapie je metoda, která používá hudbu jako léčebný prostředek. Jejím cílem je lépe poznat své tělo, zlepšit pohyb, paměť a komunikaci s druhými lidmi. Akce je určená pro každého, koho zajímají léčivé účinky hudby a má zájem se seznámit s metodami a technikami aktivní muzikoterapie.

Akce je určená pro každého, koho zajímají léčivé účinky hudby a má zájem se seznámit s metodami a technikami aktivní muzikoterapie.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno

Přihlášení/registrace: Mgr. Petr Škranc - e-mail: petr.skranc@klarapomaha.cz, tel. 739 011 672

Vstupné: zdarma

Organizátor: Klára pomáhá z.s., Kpt. Jaroše 3-Brno, www.klarapomaha.cz

12. 10. 2022 / 16:00 – 17:30

Co Máme Potom dělat? (CMP) - přednáška

Cévní mozková příhoda, známá pod zkratkou jako CMP je akutní stav, typický poškozením mozku z důvodu poruchy mozkového krevního oběhu. Dozvíme se, jak lidsky reagovat na náhle vzniklou situaci, a to jak při akutním zásahu, tak v rámci následné terapie.

Místo konání: Renneská třída 45, Brno

Přihlášení/registrace: tel.775 564 605, krivankova@oslogo.cz

Vstupné: dobrovolné

Organizátor: Občanské sdružení Logo, Lidem oporou, Renneská třída 45, Brno, www.oslogo.cz

12. 10. 2022 / 17:00

Beseda se spisovatelem Stanislavem Českou

Povídání se známým autorem detektivek – nejen pro seniory

Místo konání: Knihovna Jiřího Mahena, Oblá 75a, Brno

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: MČ Nový Lískovec, www.novy-liskovec.cz

12. 10. 2022 / 16:30 – 18:00

Zpátky na parket: Taneční kurz pro seniory

„Tančí, dokud můžeš, tančí“... To jsou slova známé české písně, která jsou zároveň mottem tanečního kurzu. Vraťte se s námi zpátky na parket, osvěžte si kroky společenských tanců a získajte nejen dobrý pocit z pohybu. Na lekce se může přihlásit každý, kdo je dříve narozený (55+), má radost ze života a ví, že se hýbeme nejen pro zdraví, ale i pro radost! Téma kurzu: Latinsko-americké tance.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace (omezená kapacita) - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

13. 10. 2022

Celodenní výlet Náměšť nad Oslavou

Výlet z Brna vlakem, prohlídka zámku a města s průvodcem Ing. Antonínem Moravcem z KČT, bližší informace pro přihlášené.

Místo konání: Náměšť nad Oslavou

Přihlášení/registrace: nutné přihlášení: 725 871 752, recepce@botanka.cz

Vstupné: Vstupné a jízdné si hradí každý sám

Organizátor: CVC Botanka, Botanická 13, Brno, www.botanka.cz

14. 10. 2022 / 14:00 – 16:00

Přednáška: Kde a jak nakupovat

Poskytování informací spotřebitelům v oblasti zdravotnictví - zdravotní péče. Pozor na nákupy potravinových doplňků z e-shopů-nákupní galerie. Pozor na rizika u seniorů-nákupy nebezpečných zdravotních pomůcek v nabídkách e-shopů.

Místo konání: SOS-Asociace, z.s. - Mečová 5, 3.patro-výtah

Přihlášení/registrace: tel. 542 210778, 542 210549, gerta.mazalova@seznam.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: SOS-Asociace, z.s. Mečová 5, Brno, <http://www.asociace-sos.cz/>

18. 10. 2022 / v 10:00 nebo v 11:00

Jóga pro babičky, Jóga pro slečny babičky

Zdravotní program, sestavený pro straší ženy probíhá během celého školního roku. Sestává ze cvičení jógy podle systému Jóga v denním životě, naučíte se dechová cvičení a relaxaci celého těla i myslí.

S sebou pohodlné oblečení, podložku na cvičení. Lektorka: MVDr. Pavla Hobstová

Místo konání: Kounicova 3, Brno, vedle cukrárny Kolbaba, vchod ze suterénu dvora-Zrcadlo-vý sál

Přihlášení/registrace: e-mail: vecernice50@centrum.cz, tel:607 659 654

Vstupné: v tento den pro seniory zdarma

Organizátor: Večernice, zapsaný spolek. www.vecernice50.cz, www.vecernice50.cz

19. 10. 2022 / 16:30 – 18:00

Zpátky na parket: Taneční kurz pro seniory

„Tančí, dokud můžeš, tančí“... To jsou slova známé české písně, která jsou zároveň mottem tanečního kurzu. Vraťte se s námi zpátky na parket, osvěžte si kroky společenských tanců a získajte nejen dobrý pocit z pohybu. Na lekce se může přihlásit každý, kdo je dříve narozený (55+), má radost ze života a ví, že se hýbeme nejen pro zdraví, ale i pro radost! Téma kurzu: Tajemné tango.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace (omezená kapacita) - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

20. 10. 2022 / 9:30 – 10:30

Terapie smíchem aneb smíchohrátky pro vaše peněženky

Peníze nás sice osvobozují, ale radost, zdraví a lásku si za ně nekoupíme. Jak vlastně v srdci probudit pocit hojnosti, bohatství, štěstí? Přijďte, naladíte se na pozitivní energii peněz. Pod vedením lektorky Mgr. Blanky Urbánkové se bude usmívat vaše duše i peněženka.

Místo konání: Ústřední knihovna J. Mahena, Kobližná 4 (5. NP)

Přihlášení/registrace: není nutná

Vstupné: zdarma

Organizátor: SaBBa Sdružení aktivní babičky a dědečci, www.babickysabba.cz

20. 10. 2022 / 10:00 – 11:30

Obezřetný senior

Preventivní besedy pro seniory zaměřené na aktuální trendy podvodníků a zlodějů. Součástí prezentace budou i krátká doprovodná videa zachycující časté legendy podvodníků a dále informace o bezpečnosti v silničním provozu.

Místo konání: Magistrát města Brna, Malinovského nám 3, 1. patro – zasedací místnost 111

Přihlášení/registrace: e-mail: e-mail: kucielova.jelena@brno.cz, tel. 542 172 464

Vstupné: zdarma

Organizátor: Policie České republiky, Krajské ředitelství policie Jihomoravského kraje, Oddělení tisku a prevence, Kounicova 24, 611 32 Brno

22. 10. 2022 / 14:00 – 16:00

Tvořivé setkání pečujících

Budeme tvořit drobný šperk, malovat na hedvábí či tvořit drobné předměty z modelovací hmoty. Výsledný produkt si odnesete domů. Drobné pohoštění zajištěno.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115

Přihlášení/registrace: není nutné, více informací na tel. 733678890, Zdeňka Michálková

Vstupné: 50 Kč na materiál

Organizátor: Unie pečujících z. s., www.uniepecujicich.cz

24. 10. 2022 / 10:00 – 12:00

Když se ztrácí sluch aneb Sluchadla a kompenzační pomůcky pro nedoslýchavé a seniory

Seznámení s problematikou kompenzace sluchu ve starším věku, ukázka komunikačních pomůcek (sluchadla) a kompenzačních pomůcek (zesílené soupravy TV, signalizace, os. zesilovače apod.). Seznámení se sociální službou AUDIOHELP z.s..

Místo konání: Bašty 8, Brno, 4. patro

Přihlášení/registrace: registrace nutná - info@spokojenysenior-klas.cz, 730 805 857

Vstupné: zdarma

Organizátor: Spokojený senior – KLAS, z.s., Bašty 8, Brno, www.spokojenysenior-klas.cz

25. 10. 2022 / v 10:00 nebo v 11:00

Jóga pro babičky, Jóga pro slečny babičky

Zdravotní program, sestavený pro straší ženy probíhá během celého školního roku. Sestává ze cvičení jógy podle systému Jóga v denním životě, naučíte se dechová cvičení a relaxaci celého těla i myslí.

S sebou pohodlné oblečení, podložku na cvičení. Lektorka: MVDr. Pavla Hobstová

Místo konání: Kounicova 3, Brno, vedle cukrárny Kolbaba, vchod ze suterénu dvora-Zrcadlo-vý sál

Přihlášení/registrace: e-mail : vecernice50@centrum.cz, tel: 607 659 654

Vstupné: v tento den pro seniory zdarma

Organizátor: Večernice, zapsaný spolek. www.vecernice50.cz, www.jogaumore.cz

26. 10. 2022 / 16:00 – 17:30

Zábavní vědomostní kvíz

Baví Vás vědomostní otázky a chcete si zasoutěžit v kolektivu? Zjistíte, jak moc dobře znáte naši rodnou zemi či dokonce svět. Díky vědomostnímu kvízu procvičíte paměť i mozek. Třeba se i dozvíte něco nového. Proveř si své znalosti a přidej se k nám!

Místo konání: Renneská třída 45, Brno

Přihlášení/registrace: 775 564 605, krivankova@oslogo.cz

Vstupné: dobrovolné

Organizátor: Občanské sdružení Logo, Lidem oporou, Renneská třída 45, Brno, www.oslogo.cz

26. 10. 2022 / 18:00 – 21:00

Zpátky na parket: Závěrečná

Závěrečný večer bude protkaný tancem, tanečními melodiemi, zajímavými vystoupeními, a hlavně příjemnou atmosférou. Závěrečná bude věnována nejen seniorům, kteří se účastnili dřívějších lekcí, ale také jejich přátelům, rodinám i známým. Toto závěrečné setkání bude trvat netradičně tři hodiny. Na závěrečné bude věnován prostor nejen volné zábavě, ale také účastníkům předešlých lekcí.

Místo konání: KD Rubín, Makovského nám. 3, Brno – Žabovřesky, velký sál

Přihlášení/registrace: nutná registrace (omezená kapacita) - e-mail: info@seniorpasy.cz, tel.: 725 534 865, kontaktní formulář na www.zpatkynaparket.cz

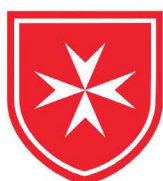
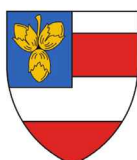
Vstupné: zdarma

Organizátor: Sun Drive Communications, s.r.o., Mendlovo nám. 1a, Brno, www.zpatkynaparket.cz

Změna programu vyhrazena.

Informace o jednotlivých akcích doporučujeme ověřit u organizátorů.

SPOLUPRACUJÍCÍ ORGANIZACE



KRAJSKÉ ŘEDITELSTVÍ POLICIE
JIHOMORAVSKÉHO KRAJE