



Spolufinancováno
Evropskou unií



ICOS
Pomáháme tam, kde je potřeba

AKTIVITY PRO SENIORY

DUBEN 2025

KDE: KLUB SENIORŮ,
MĚSTYS KŘEMŽE

TERMÍN	NÁZEV AKCE	KDO/LEKTOR
ÚTERÝ 8. 4. 9:30-11:00 KDE: Klub senior, Městys Křemže	PREVENCE STRESU A DUŠEVNÍ HYGIENA Stres je součástí dnešní doby, neustále se o něm mluví, žijeme s ním, zkrátka a dobře, máme s ním jakési partnerství. Přijďte si poslechnout zajímavosti o stresu a duševní hygieně.	Mgr. Věra Hellerová Ph.D. Zdravotně sociální fakulta Jihočeské univerzity v ČB
ÚTERÝ 22. 4. 9:30 – 11:00 KDE: Klub senior Městys Křemže	BEZPEČNOSTNÍ HROZBY NA INTERNETU - sociální sítě - sexting - umělá inteligence	Libor Piksa Policie ČR
Pokud není uvedeno jinak, je akce pro příchozí zdarma. Budeme se pravidelně potkávat každé liché úterý a společně tvořit program seniorské klubovny. Přijďte mezi nás. Zkontaktovat nás můžete zde: Petra Tichá 774 719 767 ✉ dobrovolnictvi@icosck.cz		

Tato akce je součástí projektu CZ.03.02.01/00/22_008/0000007 „Podpora rodin a seniorů na území MAS Blanský les – Netolicko“, který je podpořen z prostředků Evropského sociálního fondu.



**Dobrovolnické
centrum**
pracoviště iCOS

Dobrovolnické centrum
5. května 251, Plešivec
381 01 Český Krumlov

774 719 767
 dobrovolnictvi@icosck.cz
 dobrovolnictvi.icosck.cz