



AKTIVITY PRO SENIORY

LISTOPAD 2024

KAMENNÝ ÚJEZD

TERMÍN	NÁZEV AKCE	KDO/LEKTOR
KDY: ÚTERÝ 05. 11. 2024 10:00 – 11:30 KDE: Liškovina, Budějovická 55, Kamenný Újezd	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. Ph.D. Hellerová Věra Zdravotně sociální fakulta Jihočeské univerzity v ČB
KDY: ÚTERÝ 12.11. 2024 10:00 – 11:30 KDE: Hvězdárna a planetárium ČB Zátkovo nábřeží 4 České Budějovice	HVĚZDNÁ OBLOHA Komentovaný pořad v planetáriu s projekcí umělého nebe s názvem Hvězdná obloha . Náplní je základní orientace na aktuální obloze. Uvidíte objekty denní i noční oblohy (Slunce, Měsíc, planety, Mléčnou dráhu,..), včetně nejznámějších souhvězdí. Proletíte se i do vzdálenějších oblastí.	Hvězdárna a planetárium ČB <ul style="list-style-type: none">• Cena 100,-• Sraz v 9.40 před budovou Prosím, nahlašte se na tuto akci dopředu, počet míst je omezený. ☎605 215 882 ✉ zronkova@icosck.cz
KDY: ÚTERÝ 19.11. 2024 10:00 – 11:30 KDE: Liškovina, Budějovická 55, Kamenný Újezd	ZVLÁDÁNÍ KONFLIKTŮ A POZITIVNÍ KOMUNIKACE Přednáška se bude zabývat otázkám komunikace v životních rolích, které nás potkávají a tvoří náplň života, a to v jejich konfliktních nebo jinak nestandardních podobách.	Miluše Vítečková, Miroslav Procházka Zdravotně sociální fakulta Jihočeské univerzity V ČB
Pokud není uvedeno jinak, je akce pro příchozí zdarma. Potkáváme se každé liché úterý. Přijďte mezi nás. Zkontaktovat mne můžete zde: ☎735 123 536 ✉ frankova@icosck.cz . Změna program vyhrazena.		





Spolufinancováno
Evropskou unií



iCOS
Pomáháme tam, kde je potřeba

*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**