



Milí přátelé,

je tu nový rok 2017 a s ním určitě i spousta skvělých předsevzetí týkajících se vašeho zdravího a aktivního způsobu života. Budeme vám nejenže držet palce, ale také vás rádi podpoříme a prostřednictvím Family a Senior Pointů vám pomůžeme některá z nich naplnit.

Dovoluji si vám představit plán akcí čím dál oblíbenějšího Family a Senior Pointu na 1. pololetí roku 2017, díky kterým můžete aktivně trávit volný čas v příjemném a milém prostředí. Při výběru akcí byla pro nás největší inspirací vaše přání, která nejčastěji na Family a Senior Pointech slycháváme. Těšit se můžete na zajímavé přednášky a semináře, tvořivé dílny, pohybové aktivity, mezigenerační setkávání, prostě od všeho na něco.

Pevně věřím, že ti z vás, kteří Family a Senior Pointy již navštěvují a znají nás, budou i tentokrát nabídkou akcí potěšeni. Zároveň doufám, že široký záběr aktivit přiláká i nové návštěvníky z řad dětí, rodičů i seniorů.

Těším se na Vás spolu s Family a Senior Pointy.

Mgr. Pavel Franěk

náměstek hejtmana Kraje Vysočina
pro oblast sociálních věcí
a nestátních neziskových
organizací

FAMILY POINT
místo pro rodinu



**Family Point
Žďár nad Sázavou**

Studentská 4
(4. patro polikliniky)

Otevřeno:

po–pá: 8.00–15.00 hod.

Tel.: 732 472 892,

e-mail: zdarns@familypoint.cz

www.zdarns.familypoint.cz

Změny termínů přednášek a akcí vyhrazeny. Blíže informace o obsahu, termínech a místu konání přednášek se dozvíte ve FP a SP Žďár nad Sázavou nebo z jednotlivých letáků, které budou na konkrétní akce průběžně zveřejňovány.

PLÁN AKCÍ FAMILY POINTU ŽĎÁR NAD SÁZAVOU I. POLOLETÍ 2017

PRAVIDELNĚ KONANÉ AKCE

• Zdravotní monitoring

Termín: 6. 1., 3. 2., 3. 3., 7. 4.,
5. 5., 2. 6. 2017, 9.00–10.00 hod.

• Děti v pohybu

Cvičení pro děti všech věkových skupin

Lektor: Bc. Alena Vítková,
fyzioterapeutka

Termín: každou středu,
15.00–15.45 hod.

přihlaste se nejdéle den předem

• Sebeobrana pro ženy

Praktická výuka

Lektor: Filip Hanzlík

Termín: 21. 3. 2017, 13.00 hod.
přihlaste se nejpozději
do 20. 3. 2017

• Jarní dny

Termín: 10.–12. 4. 2017

• Rodinná dílna

K příležitosti Mezinárodního dne rodiny vytvořte 2–4 členný tým a užijte si společně strávené tvořivé dopoledne
Termín: 15. 5. 2017, 9.30 hod.

PŘEDNÁŠKY

• Inkontinence u dětí

Možnosti řešení, problematika dětské inkontinence obecně

Lektor: Zbyšek Svoboda

Termín: 16. 1. 2017, 9.30 hod.

• Homeopatie v každodenním životě

Lektorka: Kateřina Kalinová

Termín: 13. 2. 2017, 9.30 hod.

• Intuitivní rodičovství

Přednáška o intuitivním rodičovství. Jeho cílem je lepší vzájemné pochopení dítěte a pečovatele a udržení delší vzájemné pozornosti
Lektorka: Mgr. Lucie Špuláková,
Termín: 17. 5. 2017, 9.30 hod.

• Jak správně napsat životopis a motivační dopis?

Tipy a rady pro správné napsání pracovního životopisu a motivačního dopisu
Lektorka: Jana Kamarádová, DiS.,
Termín: 14. 6. 2017, 9.30 hod.

PLÁN AKCÍ SENIOR POINTU ŽDÁR NAD SÁZAVOU I. POLOLETÍ 2017

PRAVIDELNĚ KONANÉ AKCE

• Zdravotní monitoring

Termíny: 6. 1., 3. 2., 3. 3., 7. 4.,
5. 5., 2. 6., 9.00–10.00 hod.

• Cvičte s námi

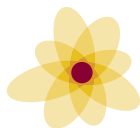
Lektorka: Bc. Alena Vítková,
fyzioterapeutka
Termíny: každou středu a čtvrtek,
14.00–14.45 hodin, přihlaste
se nejdéle den předem

• Alzheimer poradna

Termíny: každou první středu
v měsíci, v případě potřeby každé
třetí úterý v měsíci, objednávejte
se na tel. číslo 733 629 018

• Trénink paměti

Informace k dostání
na Senior Pointu



SeniorPoint

Senior Point Žďár nad Sázavou

Studentská 4, (4. patro polikliniky),
591 01 Žďár nad Sázavou
Tel.: 732 472 892
e-mail: seniorpoint@kolping.cz
www.zdarns.familypoint.cz

Otevřeno:
po–pá: 8.00–15.00 hod.

Změny termínů přednášek a akcí vyhrazeny.
Blíže informace o obsahu, termínech
a místu konání přednášek se dozvíte ve
FP a SP Žďár nad Sázavou nebo z jednotlivých
letáků, které budou na konkrétní akce
průběžně zveřejňovány.

PŘEDNÁŠKY

• Vztahy mezi generacemi

O problematice vztahů mezi
generacemi
Lektorka: Kateřina Šalandová
Termín: 9. 1. 2017, 9.30 hod.

• Krásná v každém věku II.

O zásadách denního i nevsedního
líčení s praktickou ukázkou
Lektorka: Miroslava Dufková
Termín: 18. 1. 2017, 9.30 hod.

• Když Alzheimer přichází

Jak rozpoznat první příznaky,
nejnovější tipy pro prevenci
Lektorka: Mgr. Marcela Rýpalová
Termín: 8. 2. 2017, 9.30 hod.

• Posezení s klavírem

Přijďte strávit příjemné
odpoledne s hudbou
Lektor: Petr Bergner, držitel
světového rekordu v nepřetržitě
hře na klavír
Termín: 14. 2. 2017, 13.00 hod.

• Podpora a pomoc vážně nemocným osobám v konečném stádiu nemoci

Lektor: Vojtěch Zikmund
Termín: 22. 2. 2017, 9.30 hod.
Domácí hospic Vysočina, o.p.s.

• Minikurz barevné typologie a šátkový jarmark

Zjistěte, jaký jste barevný typ
a odnese si domů šátek (kus za kus,
šátek přinesete, jiný šátek odnesete)
Lektorka: Miroslava Dufková
Termín: 8. 3. 2017, 9.30 hod.

• Rizika reklamy pro seniory

Lektor: Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola zdravotnická
Žďár nad Sázavou
Termín: 22. 3. 2017, 9.30 hod.

• Soutěž o nejlepší bábovku

Termín: 5. 4. 2017, 9.30 hod.

• Prevence karcinomu prsu

Lektor: Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola zdravotnická
Žďár nad Sázavou, 19. 4. 2017,
9.30 hod.

• Sebeobrana pro seniory

Praktická výuka
Lektor: Filip Hanzlík
Termín: přihlaste se do 8. 5. 2017,
9. 5. 2017, 13.00 hod.

• Rodinná dílna

K příležitosti Mezinárodního dne
rodiny vytvořte 2–4 členný tým
a užijte si společně strávené tvořivé
dopoledne
Termín: 15. 5. 2017, 9.30 hod.

• Kanada

Cestovatelská přednáška
Lektorka: Bára Augustýnová, DiS.
Termín: 7. 6. 2017, 9.30 hod.

• Sebeobrana pro seniory

Praktická výuka
Lektor: Filip Hanzlík
Termín: 20. 6. 2017, 13.00 hod.,
přihlaste se nejpozději
do 19. 6. 2017