



TÝDEN ZDRAVÍ A SOCIÁLNÍCH SLUŽEB 2014

2. – 9. října 2014



PŘEDNÁŠKY

7. ŘÍJNA, ÚTERÝ

- 18:00, studovna Městské knihovny, Soukenická 29 „Potravinové doplňky“

Odborná přednáška známého krnovského endokrinologa **MUDr. Lukáše BURDY** o tom, jestli nám potravinové doplňky skutečně pomáhají prodloužit a zkvalitnit život, a pokud ano, tak které.

8. ŘÍJNA, STŘEDA

- 8:00 a 10:00 pro žáky 9. tříd ZŠ
- 15:00 pro širokou i odbornou veřejnost, Domov pro seniory, Rooseveltova 51

„Domov jako (ne)bezpečí“

Beseda na téma domácího násilí, doplněná filmem na dané téma. Besedu realizuje ELPIS Bruntál Slezská diakonie, paní Dana Matějková – koordinátorka střediska a sociální pracovnice.

9. ŘÍJNA, ČTVRTEK

- 16:00, malý sál SVČ Méda, Dobrovského 16 „Psychologické aspekty obezity“

Přednášku s následnou diskuzí Vám přednese MUDR. KATEŘINA CAJTHAMLOVÁ, která je známá zejména z televizního pořadu „Jste to, co jíte“

SPORTOVNÍ AKTIVITY

2. ŘÍJNA, ČTVRTEK

- 8:30–9:30, Sportovní areál K-3, Smetanův okruh 19 vstup zdarma na sportovní aktivity (4x badminton, 1x stolní tenis). Nutno se předem objednat: 552 302 181, nebo 776 669 001

- 19:00–20:00, tělocvična SŠAMP Opavská ul. ZUMBA s Ivetou Wrobelovou – lekce zdarma pro nově příchozí

3. ŘÍJNA, PÁTEK

- 6:00–21:00, Fitness Linie, Hlavní náměstí 4 Den otevřených dveří & Beauty den

V rámci DOD můžete získat 3 vstupy na cokoliv zdarma (kruhový trénink, nebo doplňková cvičení) a můžete se nechat zdarma zkrášlit.

- 15:00–16:00, Sportovní areál K-3, Smetanův okruh 19 vstup zdarma na sportovní aktivity (4x badminton, 1x stolní tenis). Nutno se předem objednat: 552 302 181, nebo 776 669 001

- 19:00–20:00, Jumping Centrum Krnov - tělocvična Albrechtická 41b

JUMPING – zábavné cvičení na trampolínkách ZDARMA. Nutno se předem objednat: 730 104 131

4. ŘÍJNA, SOBOTA

- 9:00–16:00, Fitness Pavla, Nám. Minoritů 9 Den otevřených dveří

Přijďte si zacvičit ZDARMA pod vedením trenérek – pouze pro ŽENY! Na program vedený kruhový trénink na strojích a různá doplňková cvičení. K tomu drobné občerstvení. Nutno se předem objednat na tel. 724 / 140 178, nebo na fitnesspavla@seznam.cz.

- 17:30–18:30, Sportovní areál K-3, Smetanův okruh 19 vstup zdarma na sportovní aktivity (4x badminton, 1x stolní tenis). Nutno se předem objednat: 552 302 181, nebo 776 669 001

5. ŘÍJNA, NEDĚLE

- 14:00–17:00, Zimní stadion Krystal, Petrovická 4 Bruslení ZDARMA pro všechny

- 17:00–18:00, SVČ Méda, Dobrovského 16

ZUMBA s Katkou Kulašovou – lekce zdarma pro všechny

- 18:00–19:00, tělocvična U Požárníků 67 / 57

ZUMBA s Hankou Tabachovou – lekce zdarma pro nově příchozí. Nutné se předem objednat na tel. číslo: 776 551 902

6. ŘÍJNA, PONDĚLÍ

- 19:00–20:00, tělocvična SPgŠ, Jiráskova ul.

KONDIČNÍ CVIČENÍ s Ivetou Wrobelovou – lekce zdarma pro nově příchozí

- 19:00–20:00, Jumping Centrum Krnov - tělocvična Albrechtická 41b

JUMPING – zábavné cvičení na trampolínkách ZDARMA. Nutno se předem objednat: 730 104 131

7. ŘÍJNA, ÚTERÝ

- 12:00–13:00, Sportovní areál K-3, Smetanův okruh 19 vstup zdarma na sportovní aktivity (4x badminton, 1x stolní tenis). Nutno se předem objednat: 552 302 181, nebo 776 669 001

- 19:00–20:00, tělocvična U Požárníků 67 / 57

ZUMBA s Hankou Tabachovou – lekce zdarma pro nově příchozí. Nutné se předem objednat na tel. číslo: 776 551 902

8. ŘÍJNA, STŘEDA

- 18:00–19:00, Jumping Centrum Krnov - tělocvična Albrechtická 41b

JUMPING – zábavné cvičení na trampolínkách ZDARMA. Nutno se předem objednat: 730 104 131

- **19:00–20:00, SVČ Méda, Dobrovského 16**
ZUMBA s Katkou Kulašovou – lekce zdarma pro všechny
- **19:00–20:00, tělocvična SPgŠ, Jiráskova ul.**
KONDIČNÍ CVIČENÍ s Ivetou Wrobelovou – lekce zdarma pro nově příchozí

9. ŘÍJNA, ČTVRTEK

- **14:00–16:00 a 19:00–21:00, Městské lázně, Čsl. Armády 15**
Plavání ZDARMA pro všechny

2.-9. ŘÍJNA, ČTVRTEK – ČTVRTEK

- **dle otevírací doby, Fitness Linie, Hlavní náměstí 4**
Týden otevřených dveří - po celý týden můžete navštívit nové fitness centrum pro ženy, kde obdržíte 3 vstupy na cokoliv zdarma (kruhový trénink, nebo doplňková cvičení).

11. ŘÍJNA, SOBOTA

- **13:00–17:00, areál Městských lázní**

PLAVEME PRSA

Onko Niké Krnov pod hlavičkou Aliance žen s rakovinou prsu, o.p.s. již čtvrtým rokem realizuje sportovně-osvětové setkání, které je určeno nejen ženám po prodělaném zhoubném onemocnění prsou, ale i pro všechny ostatní. Podpoříte tak celosvětový měsíc boje proti rakovině prsu a vyjádříte svou účastí solidaritu s ženami, které bojují s touto nemocí. Připraven je doprovodný program i informace o možnostech prevence tohoto onemocnění. Vstup volný!

DNY OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

3. ŘÍJNA, PÁTEK

- **8:00–12:00 a 13:00–16:00, pobočka Fondu ohrožených dětí a AMTC, Hlavní náměstí 29**

Den otevřených dveří

Prohlídka prostor, Seznámení s pracovníky a s konkrétními způsoby práce.

- **10:00–16:00, Dětský domov Lichnov, Lichnov 253**

Den otevřených dveří

Prohlídka zařízení, seznámení se způsobem a možnostmi života dětí v ústavní výchově.

6. ŘÍJNA, PONDĚLÍ

- **14:00–17:00, Slezská diakonie, SOCIÁLNÍ ASISTENCE Krnov, Rýmařov, nám. Míru 13**

Den otevřených dveří a odpolední vyrábění „Výrob růží, daruj radost!“

Prohlídka prostor, v herně projektu „Nejsme na to sami“, která je určena rodičům a dětem, si bude možné odpoledne vyrobit malý dárek pro své blízké - „Výrob růží, daruj radost!“

8. ŘÍJNA, STŘEDA

- **8:00–15:00, Charita Krnov, Hlubčická 3**

Den otevřených dveří

Prohlídka prostor Charity, seznámení s jednotlivými středisky a službami, drobné občerstvení.

- **9:00–17:00, Domov pro seniory, Rooseveltova 51**

Den otevřených dveří

DOD bude probíhat na dvou pracovištích: Rooseveltova 2141/51 – pro službu domov pro seniory a zvláštní režim, Moravská 2, Krnov – pro pečovatelskou službu. Prohlídka prostor, seznámení s jednotlivými středisky a službami.

Projekt Týden zdraví a sociálních služeb podporují:

Zdravé město Krnov a MA21 Krnov, komunitní plánování Krnov, Sdružené zdravotnické zařízení Krnov, Střední pedagogická škola a Střední zdravotnická škola Krnov, akce Každý svého zdraví strůjcem Ligy proti rakovině Praha, Arcadia Praha, s.r.o., program Zdravá pětka Nadačního fondu Albert, Onko Niké Krnov, MUDr. Kateřina Cajthamlová, MUDr. Lukáš Burda, Zdravá výživa MaJco, Fitness Linie, Fitness Pavla, sportovní areál „K3“, Kateřina Kulašová, Hana Tabachová, Iveta Wrobelová, Jumping centrum Krnov, Městské Lázně Krnov, Zimní stadion Krystal, Dětský domov Lichnov, Domov pro seniory, Fond ohrožených dětí a Asistenční, mediační a terapeutické centrum Krnov, Charita Krnov, Městská knihovna Krnov, Slezská diakonie ELPIS Bruntál, Slezská diakonie SOCIÁLNÍ ASISTENCE

Vystavovatelé v rámci DNE ZDRAVÍ A SOCIÁLNÍCH SLUŽEB 2014:

Domov pro seniory Krnov, příspěvková organizace, Pečovatelská služba Krnov, Charita Krnov, HARMONIE, p.o. Krnov, MANEMI, o.p.s., Dům dobré vůle Žáry, Krystal Help, Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.p.s. a Svaz tělesně postižených v ČR, o.s., místní organizace Krnov, Armáda spásy v ČR, Sbor a komunitní centrum, Armáda spásy v ČR, Centrum sociálních služeb Krnov, nízkoprahové zařízení pro děti a mládež CARAVAN, Dětský domov a Školní jídelna Lichnov 253, příspěvková organizace, pobočka FOD a ATM centrum Krnov, Bruntál, Slezská diakonie, Dobrovolnické centrum, Benjamín Krnov, denní stacionář, Slezská diakonie, EFFATHA Krnov sociálně terapeutické dílny, Slezská diakonie, poradna ELPIS Bruntál, Slezská diakonie, poradna rané péče MATANA, Slezská diakonie, středisko NOE Krnov, Bruntál, Slezská diakonie, RÚT Krnov, Slezská diakonie SOCIÁLNÍ ASISTENCE Krnov, Rýmařov, Slezská diakonie, RODINNÁ KAVÁRNA, Slezská diakonie, TIMOTEI Bruntál, Zdravotní potřeby KEDAR, LEWISIE – Zdravotnické potřeby, REINTEGRA, odborné sociální poradenství, AKLUB Centrum vzdělávání a poradenství, EDUCO Centrum, s.r.o., Agentura pro sociální začleňování, Česká průmyslová zdravotní pojišťovna, VZP ČR

Projekt Týden zdraví a sociálních služeb 2014 byl finančně podpořen z dotačního programu Moravskoslezského kraje Podpora dobrovolných aktivit udržitelného rozvoje 2014



