



**B | R | N | O**

**BRNĚNSKÉ  
DNY  
PRO  
SENIORY**

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

**září - říjen 2016**

**SPOLUPRACUJÍCÍ ORGANIZACE**



Sřední škola informatiky,  
poštovníctví a finančníctví Brno,  
příspěvková organizace



Vydal: Statutární město Brno, Magistrát města Brna,  
Odbor zdraví, 2016



*Město je tvořené svými obyvateli, kteří nejenom že využívají služeb městem poskytovaným, ale především město vytvářejí a přizpůsobují pomocí pojmenování svých potřeb, snů a námětů na konkrétní projekty. Zná mnoho seniorů, kteří svojí aktivitou, entuziasmem a pilí napomohli rozvoji brněnské společnosti. Jako město náměty na zlepšení kvality života nejenom vítáme, ale také se je snažíme realizovat. Projekt senior busu a odvozů k lékařům je toho důkazem. Jsem tak rád, že mohu převzít záštitu nad Brněnskými dny pro seniory, které jsou nejenom důkazem aktivity v pozdním věku života, ale především výrazem úcty a poděkování.*

*Mgr. Petr Hladík, 1. náměstek primátora statutárního města Brna*

**29. 8. 2016 / 14,00 – 16,00**

### **Dračí loď**

Námořnický přípitek před jízdou a samotná jízda na „drakov“ za zvuků obrovského bubnu. Po skončení tréninku můžete posedět, občerstvit se a zapívat si u kytary a špekáčků. Akce je vhodná i pro juniory a muže. Jede se (téměř) za každého počasí. Omezený počet míst, nutná rezervace na tel. 602 766 618 nebo [blanka.urb@email.cz](mailto:blanka.urb@email.cz).

Cena 150,- Kč

Místo konání akce: TJ Lodní sporty, Brno - Pisárky, Veslařská 177

Organizátor: Sdružení aktivní babička, [www.babicksabba.cz](http://www.babicksabba.cz)

**2. 9. 2016 / 15,30 – 17,30**

### **Fotopátek**

Fotoklub slučující v sobě především samotné setkání fotoženek, ale také něco jako fotoporadnu (fotografická technika, úpravy fotografií v editoru/ech atp., prostě leccos, co se nestačilo probrat v kurzu), plánování akcí, promítání a komentování fotek atd. Vede Alice Prokopová. Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum Ženy50, Anenská 10

Organizátor: Ženy50, [www.zeny50.cz](http://www.zeny50.cz)

**6. 9. 2016 / 10,00 – 11,30**

### **Stáří nás nedoběhne**

Aktivní seminář pro seniory s ukázkami činností a nabídkou programu Filiánku pro tento věk a následně společné cvičení na židlích s netradičními pomůckami zaměřené na hluboký stabilizační systém, dýchání, pohybový aparát, procvičení paměti, zvýšení koncentrace, relaxaci.

Zdarma, rezervace nutná na tel.: 728 652 335, 724 211 264 nebo e-mailu: [filianek@filianek.cz](mailto:filianek@filianek.cz)

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Koblížná 4, Brno

Organizátor: Filiánek, z.s., [www.filianek.cz](http://www.filianek.cz) ve spolupráci s KJM v Brně a OZ MMB

**10. 9. 2016 / začátky v 10,00; 13,00; 15,00**

### **Komentovaná procházka Brnem**

Komentovaná prohlídka centrem města Brna je určena pro držitele Senior Pasu a seniory. V případě zájmu o prohlídku je nutné se přihlásit nejpozději 3 dny před termínem procházky na emailové adrese [info@seniorpasy.cz](mailto:info@seniorpasy.cz) nebo telefonicky na čísle 543 210 790.

Místo konání akce: sraz na nádvoří Staré radnice, Brno

Organizátor: Senior Pas, [www.seniorpasy.cz](http://www.seniorpasy.cz)

**11. 9. 2016 / 17,00**

### **Koncert Moravského klavírního tria**

Nevšední hudební zážitek v nevšedním prostředí. Vstupné 300 Kč, pro držitele Senior Pasu sleva 50 % (150 Kč).

Místo konání akce: Kulturní dům RUBIN, Makovského nám. 3, Brno

Organizátor: Senior Pas, [www.seniorpasy.cz](http://www.seniorpasy.cz)

**15. 9. 2016 / 10,00**

### **Bezpečně i v dopravě**

Pozvání pro seniory do Informačního centra policie, kde proběhne beseda na téma Bezpečně i v dopravě, zaměřená na chodce, cyklisty i řidiče. Dále si zájemci budou moci prohlédnout prostory centra a vyzkoušet moto či auto trenážer. Vstup zdarma.

Místo konání akce: Informační centrum policie, Bělohorská 1, Brno

Organizátor: Krajské ředitelství policie Jihomoravského kraje, [www.policie.cz/jihomoravsky-kraj](http://www.policie.cz/jihomoravsky-kraj)

**17. 9. 2016 / 9,30 – 20,30**

### **Exkurze Po stopách babických mučedníků**

Kromě Babic navštívíme také Rokytnici nad Rokytnou (působíště popraveného P. Jana Buly), Kojetice (zámek a vinařství Sádek) a Třebíč (gotická bazilika sv. Prokopa, Židovské město - památka UNESCO). Odjezd 9:30, návrat 20:30. Cena zájezdu 180 Kč. Rezervace nutná na [a3v@bioetika.cz](mailto:a3v@bioetika.cz).

Organizátor: Brněnská akademie třetího věku, [www.bioetika.cz](http://www.bioetika.cz)

**22. 9. 2016 / 10,00 – 11,00**

### **Jóga pro babičky**

Přijďte si s námi zacvičit jógu. Cvičení pro obnovu pružnosti a pevnosti těla i myslí, nácvik hluboké relaxace, odstranění psychické tenze a posilování vůle. Úvodní hodina zdarma, rezervace na [vecernice50@centrum.cz](mailto:vecernice50@centrum.cz) nebo tel.: 607659654.

Místo konání akce: YMCA, Kounicova 3, Brno

Organizátor: Večernice o.s., [www.vecernice50.cz](http://www.vecernice50.cz)

**22. 9. 2016 / 13,30 – 15,30**

### **Vynálezy odměřovací** (akce z cyklu Senioři a děti aneb Babi, dědo, pojďte si hrát!)

Další z tradičních setkání seniorů a jejich vnoučat ve věku 4–7 let. Společně si vyrobíme jednoduché pomůcky, které dnes lidem pomáhají měřit vzdálenosti, určovat výšky a hloubky. Všechny si v praxi vyzkoušíte a výrobky si odnesete domů. Vstupné 65 Kč/dítě, rezervace nutná na tel.: 543 420 823.

Místo konání akce: Lipka – pracoviště Kamenná, Brno, Kamenná 20

Organizátor: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, pracoviště Kamenná, [www.lipka.cz/kamenna](http://www.lipka.cz/kamenna)

**22. 9. 2016 / 15,30 – 17,30**

### **Sociální sítě**

Přednáška napomůže účastníkům orientovat se v komunikaci prostřednictvím sociálních sítí - Facebooku, LinkedIn, Google+, YouTube či Twitteru. Na základě projeveného zájmu bude navazovat kurz k získání dovedností k využívání sociálních sítí. Lektorka: Bc. Jana Leitnerová - specialista pro neziskovky i jednotlivce v oblasti marketingu na sociálních sítích. Cena 100,- Kč. Registrace nutná na [mlan.kucera@cichnovabno.cz](mailto:mlan.kucera@cichnovabno.cz), případně telefonicky na tel.: 541 123 148 (8 – 10hod).

Místo konání akce: SŠIPF, Čichnova 23, Brno-Komín

Organizátor: Střední škola informatiky, poštovníctví a finančnictví Brno, příspěvková organizace, [www.cichnovabno.cz](http://www.cichnovabno.cz)

**23. 9. 2016 / 8,00 – 18,00**

### **Jednodenní poznávací výlet** (Brno – Mikulčice – Čejkovice a zpět)

Návštěva národní kulturní památky Slovanského hradíště v Mikulčicích, komentovaná prohlídka Bylinkového ráje Sonnentor, komentovaná prohlídka a degustace vín v Templářských sklepích. Cena včetně dopravy autobusem 600,- Kč.

Informace a rezervace na: Pavla Filipová, tel.: 733 506 684, email: [info@vesnaspolek.cz](mailto:info@vesnaspolek.cz).

Místo konání akce: Mikulčice – Čejkovice

Organizátor: Vesna, o.p.s., [www.vesnaspolek.cz](http://www.vesnaspolek.cz)

**23. 9. 2016 / 13,30**

### **Alternativní medicína a homeopatie** - přednáška v rámci kurzu Zdraví je dar

Přednáší PharmDr. et ThDr. et Mgr. Aleš Franc, Ph.D., Th.D. Vstup 70,- Kč.

Poplatek za celý kurz (12 přednášek) činí 700 Kč, v rámci Brněnských dnů pro seniory je však mimořádná sleva: při přihlášení a platbě v době od 1. 9. do 31. 10. 2016 činí poplatek za jeden kurz pouze 600 Kč. Podrobnější informace na [www.bioetika.cz](http://www.bioetika.cz), případně osobně v Centru pro rodinu a sociální péči Brno, Biskupská 7.

Místo konání akce: Velký Bakalův sál, Žerotínovo nám. 6

Organizátor: Brněnská akademie třetího věku ve spolupráci s OZ MMB

**23. 9. 2016 / 15,00**

### **Historická fakta a Nový zákon** - přednáška v rámci kurzu Spirituální dimenze člověka

Přednáší Doc. Dr. Petr Mareček, Th.D. Vstup 70,- Kč.

Poplatek za celý kurz (12 přednášek) činí 700 Kč, v rámci Brněnských dnů pro seniory je však mimořádná sleva: při přihlášení a platbě v době od 1. 9. do 31. 10. 2016 činí poplatek za jeden kurz pouze 600 Kč. Podrobnější informace na [www.bioetika.cz](http://www.bioetika.cz), případně osobně v Centru pro rodinu a sociální péči Brno, Biskupská 7.

Místo konání akce: Velký Bakalův sál, Žerotínovo nám. 6

Organizátor: Brněnská akademie třetího věku ve spolupráci s Biskupstvem brněnským

**26. 9. 2016 / celý den**

### **Testování paměti seniorů**

Individuální vyšetření paměti pro osoby nad 60 let. Zájemci se dozvědí, zda jsou problémy s jejich pamětí závažné a naznačují přítomnost nějakého onemocnění. V případě potřeby jsou odesláni k odborníkovi.

Zdarma, rezervace nutná na tel.: 739 244 852.

Místo konání akce: Diakonie ČCE, Hrnčířská 27

Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, [www.brno.diakonie.cz](http://www.brno.diakonie.cz)

**26. 9. 2016 / 16,00**

### **Trénování paměti u lidí s Alzheimerovou nemocí**

Praktické ukázky toho, jak je možné trénovat paměť a kognitivní funkce u lidí s Alzheimerovou nemocí v domácím prostředí.

Zdarma, rezervace nutná na tel.: 739 244 852.

Místo konání akce: Diakonie ČCE, Hrnčířská 27

Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, [www.brno.diakonie.cz](http://www.brno.diakonie.cz)

**26. 9. 2016 / 16,00 – 17,00**

### **Rozcvička pro mozek**

60 minut cvičení paměti, pozornosti, logického myšlení a slovní zásoby.

Vstup zdarma, rezervace nutná na tel: 730 164 865.

Místo konání akce: Biskupská 7, 602 00 Brno

Organizátor: Spokojený senior – KLAS z.s., [www.spokojenseniorklas.cz](http://www.spokojenseniorklas.cz)

**26. 9. 2016 / 18,00 – 19,30**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum STTCH Brno, Gorkého 45

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**27. 9. 2016 / 10,00 – 11,30**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum STTCH Brno, Gorkého 45

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**27. 9. 2016 / 10,00 – 14,00**

### **Zahradní inspirace na Jezírku**

Akce pro seniory, při které si prohlédnete relaxační zahradu Jezírka a blízké okolí. Navštívíte prosklený včelí úl, připravíte si čaje z čerstvých bylinek z naší zahrady a také je ochutnáte, spolu s dalšími dobrotami z přírody. Osázíte si misku sukulenty, kterou si odnesete. Vhodné i pro návštěvníky se sníženou pohyblivostí.

Vstupné dobrovolné, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Lipka – pracoviště Jezírko, čp. 97, Brno-Soběšice, autobus č. 57 zast. U Jezírka

Organizátor: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, pracoviště Jezírko, 545 228 567, [www.lipka.cz/jezirko](http://www.lipka.cz/jezirko)

**27. 9. 2016 / 16,00**

### **Jak pečovat o člověka s Alzheimerovou nemocí v domácím prostředí**

Diskuse s odborníky, kteří se vyznají v různých oblastech péče o člověka s Alzheimerovou nemocí. Možnost dotazů, sdílení zážitků, domluvení konzultací.

Zdarma, rezervace nutná na tel.: 739 244 852.

Místo konání akce: Diakonie ČCE, Hrnčířská 27

Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, [www.brno.diakonie.cz](http://www.brno.diakonie.cz)

**27. 9. 2016 / 16,30 – 18,00**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum STTCH Brno, Gorkého 45

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**27. 9. 2016 / 17,30 – 19,00**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Tělocvična ZŠ Svážná 9, Brno

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**28. 9. 2016 / 16,00 – 17,30**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum STTCH Brno, Gorkého 45

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**29. 9. 2016 / 10,00 – 11,00**

### **Jóga pro babičky**

Přijďte si s námi zacvičit jógu. Cvičení pro obnovu pružnosti a pevnosti těla i mysli, nácvik hluboké relaxace, odstranění psychické tenze a posilování vůle. Úvodní hodina zdarma, rezervace na [vecernice50@centrum.cz](mailto:vecernice50@centrum.cz) nebo tel.: 607659654.

Místo konání akce: YMCA, Kounicova 3, Brno

Organizátor: Večernice o.s., [www.vecernice50.cz](http://www.vecernice50.cz)

**29. 9. 2016 / 10,00 – 11,30**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum STTCH Brno, Gorkého 45

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**30. 9. 2016 / 9,15 – 10,15**

### **Zdravotní cvičení** - otevřená lekce

Zdravotní cvičení pro ženy 40+ vedené fyzioterapeutkou nebo odborně skolenými lektory. Cvičení zohledňuje aktuální zdravotní stav a je cílené na specifika této věkové kategorie, kterými jsou zejména bolesti zad, osteoporóza, kardiovaskulární choroby a nadváha.

Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Biskupská 7, 602 00 Brno

Organizátor: Centrum pro rodinu a sociální péči, [www.crsp.cz](http://www.crsp.cz)

**30. 9. 2016 / 13,00 – 14,30**

### **Taoistické tai chi** - ukázková hodina

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum STTCH Brno, Gorkého 45

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**30. 9. 2016 / od 17,00**

### **Taneční zábava ke Dni seniorů**

Kulturní centrum Líšeň Vás zve k oslavě prvního roku fungování projektu Réva, patřícího na půdě naší městské části našim seniorům. Přijměte prosím pozvání k posezení s živou hudbou a tancem a degustaci moravského vína.

Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Dělnák, Klajdovská 28, Brno – Líšeň

Organizátor: Kulturní centrum Líšeň, p. o. v rámci projektu Réva, [www.kclisen.cz](http://www.kclisen.cz)

**1. 10. 2016 / 10,00 – 15,00**

### **Den seniorů v Zoo Brno**

U příležitosti dne seniorů připravila brněnská zoo speciální komentované krmení zvířat a jízdu vláčkem zdarma.

V tento den platí pro seniory snížené vstupné 10,- Kč.

Místo konání akce: U Zoologické zahrady 46, Brno

Organizátor: ZOO Brno a stanice zájmových činností, [www.zoobrno.cz](http://www.zoobrno.cz), 546 432 361

**1. 10. 2016 / 10,00**

### **Kavárna zlomených srdcí**

Hudební komedie se starými operetními evergreeny, šansony i novými písněmi inspirovaná vzpomínkami na Paříž - představení Komorního hudebního divadla Brno. Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Koblížná 4, Brno, velký sál

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, [www.kjm.cz](http://www.kjm.cz)

**1. 10. 2016 / 10,00 – 14,00**

### **Den krásy – naučte se být krásná**

Přijďte se poradit jak se líčit, co vám sluší a jak se rozveselit s barvami léta. Jak se postarat o svou pleť, aby byla stále žádoucí, mladistvá a vy se cítíte krásně. Ličení a poradenství od vizážistky a nezávislé kosmetické poradkyně Michaely Kubné. Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Koblížná 4, Brno, hala

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, [www.kjm.cz](http://www.kjm.cz)

**1. 10. 2016 / 10,00 – 14,00**

### **Módní výživové směry – mají smysl?**

Analýza výživového stavu, rady, jak číst potravinové obaly, měření TK. Zajišťuje STOB CZ s. r. o. – Stop obezitě. Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Koblížná 4, Brno, hala

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, [www.kjm.cz](http://www.kjm.cz)

**1. 10. 2016 / 10,30 – 11,30**

### **Módní výživové směry – mají smysl? (přednáška)**

Povídání o moderních výživových směrech, rady, jak číst potravinové obaly a další zajímavosti. Vstup zdarma, rezervace nutná na [lenka@vymlatilova.cz](mailto:lenka@vymlatilova.cz), tel.: 775 617 340.

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Koblížná 4, Brno, sál

Organizátor: Knihovna Jiřího Mahena v Brně, [www.kjm.cz](http://www.kjm.cz)

**2. 10. 2016 / 10,00 – 12,00**

### **Venkovní posilovny a jak na ně**

Jsou tady, jsou zdarma a volně, než se vrátí omladina ze škol a dospělí z práce. Nejste si jisti, že umíte na „strojích“ cvičit? Máte strach, že byste ublížili sobě nebo dětem či vnučátkům? Pojďte si s lektorkou Irenou Horkou protáhnout tělo a zjistit svoji kondici na posilovacích strojích v údolí oddechu. Když začnete posilovat tělo, duch se připojí! Ukáženost podmínkou - jde o zdraví, ne o úraz. Na závěr doplníme tekutiny a kalorie v bystrcké kavárně. Vezměte s sebou svoje děti i vnučata. Vstup zdarma.

Místo konání akce: sraz na zastávce tramvaje č. 1 a trolejbusu Kamenolom.

Organizátor: Sdružení aktivní babička, [www.babickysabba.cz](http://www.babickysabba.cz)

**2. 10. 2016 / 14,00 – 17,00**

### **Svátek Seniorů**

Projekt Senior Pas vás zve již na šestý ročník tradiční akce Svátek Seniorů. V bohatém programu vystoupí Jiří Krampol, Znojenské Grácie, Kateřinky a další. Podrobnosti najdete na [www.svatekseniuru.cz](http://www.svatekseniuru.cz).

Místo konání akce: Brno, náměstí Svobody

Organizátor: Senior Pas, [www.seniropasy.cz](http://www.seniropasy.cz)

**3. 10. 2016 / 17,30 – 19,00**

### **Taoistické tai chi - ukázková hodina**

Relaxační cvičení, které mohou praktikovat všichni bez ohledu na věk, kondici a zdravotní stav. S sebou pohodlné oblečení a měkké boty nebo tenisky.

Zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Společenský sál KVIC, Pálavské náměstí 15, Brno – Vinohrady

Organizátor: Sdružení taoistického tai chi v ČR, z.s., [www.taoist.cz](http://www.taoist.cz)

**6. 10. 2016 / 10,00**

### **Bezpečně i v dopravě**

Pozvání pro seniory do Informačního centra policie, kde proběhne beseda na téma Bezpečně i v dopravě, zaměřená na chodce, cyklisty i řidiče. Dále si zájemci budou moci prohlédnout prostory centra a vyzkoušet moto či auto trenážer. Vstup zdarma.

Místo konání akce: Informační centrum policie, Běhounská 1, Brno

Organizátor: Krajské ředitelství policie Jihomoravského kraje, [www.policie.cz/jihomoravsky-kraj](http://www.policie.cz/jihomoravsky-kraj)

**6. 10. 2016 / 10,00 – 11,00**

### **Jóga pro babičky**

Přijďte si s námi zacvičit jógu. Cvičení pro obnovu pružnosti a pevnosti těla i myslí, nácvik hluboké relaxace, odstranění psychické tenze a posilování vůle. Úvodní hodina zdarma, rezervace na [vecernice50@centrum.cz](mailto:vecernice50@centrum.cz) nebo tel.: 607659654.

Místo konání akce: YMCA, Kounicova 3, Brno

Organizátor: Večernice o.s., [www.vecernice50.cz](http://www.vecernice50.cz)

**7. 10. 2016 / 15,00 – 17,00**

### **Smysl života v dnešní době**

Zakladatel psychoterapeutické metody obnovy smyslu života neurolog Viktor Frankl dokázal říci životu ano i v mezích podmínek koncentračního tábora. Na konkrétních příkladech ukázat, kde může dnes čerpat naději také senior, si předseval prof. Vladimír Směkal ve svém sdělení. Vstup zdarma, rezervace na email: [A3V@bioetika.cz](mailto:A3V@bioetika.cz)

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Koblížná 4, velký sál

Organizátor: OZ MMB ve spolupráci s KJM v Brně a Brněnskou akademií třetího věku, [www.bioetika.cz](http://www.bioetika.cz)

**7. 10. 2016 / 15,30 – 17,30**

### **Fotopátek**

Fotoklub slučující v sobě především samotné setkání fotoženek, ale také něco jako fotopradnu (fotografická technika, úpravy fotografií v editoru/ech atp., prostě leccos, co se nestačilo probrat v kurzu), plánování akcí, promítání a komentování fotek atd. Vede Alice Prokopová. Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: Centrum Ženy50, Anenská 10

Organizátor: Ženy50, [www.zeny50.cz](http://www.zeny50.cz)

**13. 10. 2016 / 10,00 – 11,00**

### **Jak podpořit talent bez ohledu na věk**

Sudičky každému do kolečky ukryjí mimořádný dar, který ale často zůstane neobjevený. Proto je důležité podporovat talent v každém věku. Babička s dědečkem mohou hodně ovlivnit úspěšnost svých vnučat. Inspiraci přináší a přednáší zkušená propagátorka talentu Mgr. Blanka S. Urbánková. Vstup zdarma.

Místo konání akce: Stará Hasička, Hlavní 125, Brno – Komín

Organizátor: Sdružení aktivní babička, [www.babickysabba.cz](http://www.babickysabba.cz)

**13. 10. 2016 / 10,00 – 11,00**

### **Jóga pro babičky**

Přijďte si s námi zacvičit jógu. Cvičení pro obnovu pružnosti a pevnosti těla i myslí, nácvik hluboké relaxace, odstranění psychické tenze a posilování vůle. Úvodní hodina zdarma, rezervace na [vecernice50@centrum.cz](mailto:vecernice50@centrum.cz) nebo tel.: 607659654.

Místo konání akce: YMCA, Kounicova 3, Brno

Organizátor: Večernice o.s., [www.vecernice50.cz](http://www.vecernice50.cz)

**13. 10. 2016 / od 14,00**

### **Rok Révy**

Kulturní centrum Líšeň Vás zve k oslavě prvního roku fungování projektu Réva, patřícího na půdě naší městské části našim seniorům. Přijměte prosím pozvání na přednášku přednostky kliniky geriatricie Fakultní nemocnice Brno, prof. MUDr. Hany Matějovské Kubešové na téma „Jak stárnout úspěšněji“ a s panem PhDr. Lukášem Karmetem zabrouzdáme do historie brněnských sídlišť, včetně líšeňského, kterého jsme součástí. Program doplní hudební vystoupení a malé občerstvení. Vstup zdarma, rezervace není nutná.

Místo konání akce: budova Kotlanka, Kotlanova 7, Brno – Líšeň

Organizátor: Kulturní centrum Líšeň, p. o., [www.kclisen.cz](http://www.kclisen.cz)

**13. 10. 2016 / 17,30 – 19,30**

### **Ve stopách Aztéků a Mayů aneb Cesta Mexikem**

Objevil Kryštof Kolumbus Ameriku? Žijí ještě dnes potomci Mayů a Aztéků? V čem se liší aztécké, mayské a egyptské pyramidy? Odpovědi na tyto otázky a ještě další zajímavosti o životě v Mexiku se možná dozvíte na dalším cestovatelském posezení s Věrou Pakostovou a s fotkami, které si přivezla. Vstupné 40,- Kč

Místo konání akce: Centrum Ženy50, Anenská 10

Organizátor: Ženy50, [www.zeny50.cz](http://www.zeny50.cz)

**20. 10. 2016 / 9,00 – 14,00**

### **Etiketa a zdravotní postižení**

Konference o tom, jak se chovat k lidem se zdravotním postižením v běžných denních situacích s přihlédnutím k jejich handicapu. Zdarma, rezervace na [brno@nrpz.cz](mailto:brno@nrpz.cz) nebo na tel. číslo 736 751 211 (stačí SMS zprávou).

Místo konání akce: Nová radnice, Sál zastupitelů, Dominikánské nám. 1

Organizátor: Národní rada osob se zdravotním postižením, [www.nrzp.cz](http://www.nrzp.cz) a OZ MMB

**20. 10. 2016 / 10,00 – 12,00**

### **Vila Tugendhat**

Historie a současnost vily, zapsané v roce 2001 mezi světové kulturní dědictví UNESCO, která je ojedinělým funkcionalistickým dílem německého architekta Ludwiga Miese van der Rohe. Lektorka: PhDr. Dagmar Černoušková, kunsthistorička, odbornice na moderní architekturu. Cena 100,- Kč. Registrace nutná na [milan.kucera@cichnovabrno.cz](mailto:milan.kucera@cichnovabrno.cz), případně telefonicky na tel.: 541 123 148 (8 – 10hod).

Místo konání akce: SŠIPF, Čichnova 23, Brno – Komín

Organizátor: Střední škola informatiky, poštovníctví a finančnictví Brno, příspěvková organizace, [www.cichnovabrno.cz](http://www.cichnovabrno.cz)

20. 10. 2016 / 10,00 – 11,00

### Jóga pro babičky

Přijďte si s námi zacvičit jógu. Cvičení pro obnovu pružnosti a pevnosti těla i mysli, nácvik hluboké relaxace, odstranění psychické tenze a posilování vůle. Úvodní hodina zdarma, rezervace na [vecernice50@centrum.cz](mailto:vecernice50@centrum.cz) nebo tel.: 607659654.

Místo konání akce: YMCA, Kounicova 3, Brno

Organizátor: Večernice o.s., [www.vecernice50.cz](http://www.vecernice50.cz)

20. 10. 2016 / 13,30 – 15,30

### Vynálezy pro zábavu

 (akce z cyklu Senioři a děti aneb Babi, dědo, pojďte si hrát!)

Setkání seniorů a jejich vnoučat ve věku 4–7 let, tentokrát o zábavných vynálezech. Pojdme ukázat dnešním dětem, jaké hry hráli jejich prarodiče, když byli malí! Čeká nás společné tvoření jednoduchých hraček a věcí pro zpestření volného času, které si odnesete s sebou domů. Vstupné 65 Kč/dítě, rezervace nutná na tel.: 543 420 823.

Místo konání akce: Lipka – pracoviště Kamenná, Brno, Kamenná 20

Organizátor: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, pracoviště Kamenná, [www.lipka.cz/kamenna](http://www.lipka.cz/kamenna)

20. 10. 2016 / 17,30 – 19,30

### Přemyslovský stát

 (jediná domácí dynastie na českém trůně)

První Přemyslovci – báje, legendy, pověry a písemné prameny; vliv křesťanství na rozvoj přemyslovského státu – nejstarší písemné památky; věčný kníže Václav – zlomky vzpomínek z naší paměti; přemyslovské ikony. Přednáší a besedu vede PhDr. Hana Jonáková. Vstupné 80,- Kč/členky 60,- Kč.

Místo konání akce: Centrum Ženy50, Anenská 10

Organizátor: Ženy50, [www.zeny50.cz](http://www.zeny50.cz)

21. 10. 2016 / 15,00 – 17,00

### Duševní zdraví a vzdělávání

Způsob života ovlivňuje stav tělesného i duševního zdraví. Co dělat pro uchování svěžesti do pokročilého věku napoví přednáška prof. Květoslava Šipra. Vstup zdarma, rezervace na email: [A3V@bioetika.cz](mailto:A3V@bioetika.cz)

Místo konání akce: Ústřední KJM v Brně, Kobližná 4, velký sál

Organizátor: OZ MMB ve spolupráci s KJM v Brně a Brněnskou akademií třetího věku, [www.bioetika.cz](http://www.bioetika.cz)

21. 10. 2016 / 15,00 – 17,00

### Den otevřených dveří

V rámci dne otevřených dveří bychom Vám rádi představili sociální službu osobní asistence pro seniory a osoby se zdravotním postižením a program Adopce osamělých seniorů a osob se zdravotním postižením. Vstup zdarma.

Místo konání akce: Dvořákova 13, 2. patro, 602 00, Brno

Organizátor: Maltéžská pomoc, o.p.s.; centrum Brno, [www.maltezskapomoc.cz](http://www.maltezskapomoc.cz)

21. 10. 2016 / 18,00 – 20,00

### Mini-max aneb doplňky dělají dojem

Módní přehlídka na téma „Jak pomocí doplňků obměnit svůj vzhled“. Modely rodinné firmy Aivelli předvedou manekýny SaBBY a finalistky MISSIS MODELS ČR 2014. Přijďte, zaspíváte si, inspirujete se originální českou módou, kterou mohou nosit všichni. Vstupné 80,- Kč

Místo konání akce: Café Práh v areálu Vaňkovky

Organizátor: Sdružení aktivní babička, [www.babickysabba.cz](http://www.babickysabba.cz)

22. 10. 2016 / začátky v 10,00; 13,00; 15,00

### Komentovaná procházka Brnem

Komentovaná prohlídka centrem města Brna je určena pro držitele Senior Pasu a seniory. V případě zájmu o prohlídku je nutné se přihlásit nejpozději 3 dny před termínem procházky na emailové adrese [info@seniorpasy.cz](mailto:info@seniorpasy.cz) nebo telefonicky na čísle 543 210 790.

Místo konání akce: sraz na nádvoří Staré radnice, Brno

Organizátor: Senior Pas, [www.seniorpasy.cz](http://www.seniorpasy.cz)

23. 10. 2016 / začátky v 10,00; 13,00; 15,00

### Komentovaná procházka Brnem

Komentovaná prohlídka centrem města Brna je určena pro držitele Senior Pasu a seniory. V případě zájmu o prohlídku je nutné se přihlásit nejpozději 3 dny před termínem procházky na emailové adrese [info@seniorpasy.cz](mailto:info@seniorpasy.cz) nebo telefonicky na čísle 543 210 790.

Místo konání akce: sraz na nádvoří Staré radnice, Brno

Organizátor: Senior Pas, [www.seniorpasy.cz](http://www.seniorpasy.cz)

27. 10. 2016 / 10,00 – 11,00

### Jóga pro babičky

Přijďte si s námi zacvičit jógu. Cvičení pro obnovu pružnosti a pevnosti těla i mysli, nácvik hluboké relaxace, odstranění psychické tenze a posilování vůle. Úvodní hodina zdarma, rezervace na [vecernice50@centrum.cz](mailto:vecernice50@centrum.cz) nebo tel.: 607659654.

Místo konání akce: YMCA, Kounicova 3, Brno

Organizátor: Večernice o.s., [www.vecernice50.cz](http://www.vecernice50.cz)

28. 10. 2016 / začátky v 10,00; 13,00; 15,00

### Komentovaná procházka Brnem

Komentovaná prohlídka centrem města Brna je určena pro držitele Senior Pasu a seniory. V případě zájmu o prohlídku je nutné se přihlásit nejpozději 3 dny před termínem procházky na emailové adrese [info@seniorpasy.cz](mailto:info@seniorpasy.cz) nebo telefonicky na čísle 543 210 790.

Místo konání akce: sraz na nádvoří Staré radnice, Brno

Organizátor: Senior Pas, [www.seniorpasy.cz](http://www.seniorpasy.cz)

### V rámci Brněnských dnů pro seniory proběhne výstava

#### „Vážíme si svých vrásek“ v Urbancentru v termínu 14. – 30. 9. 2016.

Výstava představí činnost brněnských organizací a aktivit v oblasti aktivního stárnutí.

Více informací o výstavě a programu najdete na [www.urbancentrum.brno.cz](http://www.urbancentrum.brno.cz)

Vstup zdarma.

Místo konání akce: Urbancentrum, Mečová 5

Organizátor: OZ MMB ve spolupráci s KSM MMB

### Gerontologická poradna

probíhá v prostorách II. interní kliniky Fakultní nemocnice u sv. Anny –

odborníkem je vedoucí lékař Endokrinologické ambulance II. interní kliniky.

Zdarma, nutné objednání předem na tel.: 543 182 317.

Místo konání akce: II. interní klinika Fakultní nemocnice u sv. Anny

Organizátor: Brněnská akademie třetího věku, [www.bioetika.cz](http://www.bioetika.cz)

### Další zajímavé akce:

4. 11. 2016 / 17,00 – 21,00

#### Tance pro všechny generace „Máme různý věk, ale patříme k sobě.“

Večer pro rodiče, děti, vnoučata, babičky a dědečky - se známými písněmi. Pod vedením lektorek SaBBY si zatancíte s dětmi a vnoučaty i ve dvojicích. Představí se děti z MŠ Skřivánek, Brno - Bystrc. Večerem provází hudební skupina REX z Brna. Vezměte si vlastní děti a vnoučata, loni jich byl nedostatek :-). Vstupné dobrovolné.

Místo konání akce: Restaurace u Dvořáků, Hlavní 121, Brno

Organizátor: Sdružení aktivní babička, [www.babickysabba.cz](http://www.babickysabba.cz)

24. 11. 2016 / 13,30 – 15,30

#### Osvětlovací vynálezy

 (akce z cyklu Senioři a děti aneb Babi, dědo, pojďte si hrát!)

Setkání seniorů a jejich vnoučat ve věku 4–7 let. Jak si posvítit loučí nebo petrolejkou, jak vyrobit svíčku a jak vůbec rozdělat oheň? Vyzkoušíme a vyrobíme nejrůznější vynálezy, které lidem pomohly přinést do svých příbytků světlo. Vstupné 65 Kč/dítě, rezervace nutná na tel.: 543 420 823.

Místo konání akce: Lipka – pracoviště Kamenná, Brno, Kamenná 20

Organizátor: Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, pracoviště Kamenná, [www.lipka.cz/kamenna](http://www.lipka.cz/kamenna)

3. 12. 2016 / 18,00 – 24,00

#### Tancování s Mikulášem

Ježíšek není hygienická kontrola, proto přestaňte tancovat kolem úklidu. Pořádně si zatancujte a zaspívejte s námi a s country kapelou STETSON z Velkého Meziříčí. Vstupné: 100 Kč

Místo konání akce: Restaurace u Dvořáků, Hlavní 121, Brno

Organizátor: Sdružení aktivní babička, [www.babickysabba.cz](http://www.babickysabba.cz)