

Město Prachatice ve spolupráci s místními organizacemi
v rámci projektu Zdravé město
a Místní Agenda 21 pořádá

DNY ZDRAVÍ v Prachaticích 2017



PROGRAM:

úterý 4.4. Městský úřad

10-11 hod. Kulatý stůl sociálně zdravotní služby

středa 5. 4. v Radničním sále

9-12 hod. Jak se vyrovnat se ztrátou blízké osoby (Magda Kümmelová)

13-16 hod. Konflikt, tréma, stres všedního dne a jak je zvládat (PaedDr. Ivana Bečvářová)

18-19 hod. Cvičení SM systém (MUDr. Iva Diepoldová) – *ve Studiu pro Fit*

pátek 7. 4. v Radničním sále

10-12 hod. Zdravotní gramotnost a my (profesor MUDr. Jan Holčík, DrSc.)

středa 12. 4. tělocvična SPgŠ

18,50-20,50 hod. Cvičení power jógy (Hanka Šimáková)

čtvrtek 13. 4. počítačová učebna Na Sadech 559

10-12 hod Hledáme zdraví na internetu

pátek 14.4. Domov seniorů Mistra Křišťana

15-16 hod. Mezigenerační branný závod dvojic

úterý 18. 4. Dům Křižovatka u parku, Zlatá stezka 145

14-17 hod. Autoregulační techniky a zvládání náročných životních situací (Mgr. Květa Kadlecová)

středa 19.4. Městská knihovna

17- 18 hod. Mužský svět (Jan Dubanič, terapeut se srdcem)

pátek 21.4. Domov seniorů Mistra Křišťana

15-16 hod. Hra petangue

sobota 22. 4. Dům Křižovatka u parku, Zlatá stezka 145

9-12 hod. Alzheimerova choroba v rodině (Mgr. Bc. Andrea Tajanovská)

13-16 hod Dítě v náročné životní situaci (Mgr. Tomáš Adámek, psycholog HZS)

16-19 hod. Zranění a první pomoc i něco navíc (Petra Šrámková, instruktorka ČČK)

středa 26. 4. Městský úřad

10-12 hod. Setkání - promítání - hledání s Fokusem ČB v Prachaticích, duševní zdraví

Partneři: Oblastní spolek ČČK Prachatice; Městská knihovna Prachatice; Studio pro Fit; Domov seniorů Mistra Křišťana; FOKUS České Budějovice;