



Spolufinancováno  
Evropskou unií



## PROGRAM – ŽABOVŘESKY

### AKTIVITY (NEJEN) PRO SENIORY

TERMÍN	NÁZEV AKCE	KDO/LEKTOR
ÚTERÝ 16. 1. 2024 14:00 – 15:30 KDE: OÚ Žabovřesky	<b>TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI</b> – u kávy potrénujeme naši paměť, praktické tipy a rady pro každodenní použití	<b>Mgr. Ivana Jaukerová,</b> instruktorka Lesní mysli, lektorka environmentální výchovy a trénování paměti
ÚTERÝ 16. 1. 2024 nebo 23. 1. 2024 10:00 – 12:00	<b>JIHOČESKÉ DIVADLO</b> Prohlídka prostor Jihočeského divadla spojená s úvodní hrou a odborným komentářem. Je nutné se předem přihlásit na zronkova@latran.cz, či tel.: 605 215 882.	<b>Jihočeské divadlo,</b> Dr. Stejskala 424/19, České Budějovice, interaktivní prohlídka 100,-/osoba, dopravu si každý zajistí sám
ÚTERÝ 13. 2. 2024 14:00 – 15:30 KDE: OÚ Žabovřesky	<b>NAŠE TĚLO, PSYCHOSOMATIKA, BYLINY A POTRAVINY</b> Nahlédneme na základy tradiční medicíny, které nám ukazují, jednotlivá roční období. Psychosomatický pohled – souvvislosti mezi tělem a psychikou, možnosti prevence a léčby pomocí bylin a stravy. Jak funguje vaše tělo a jak mu pomáhat.	<b>Radmila Malinovská,</b> bylinkářka
ÚTERÝ 5. 3. 2024 14:00 – 15:30 KDE: OÚ Žabovřesky	<b>TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI</b> – u kávy potrénujeme naši paměť, praktické tipy a rady pro každodenní použití	<b>Mgr. Ivana Jaukerová</b>

Pokud není uvedeno jinak, je akce pro příchozí zdarma.  
KONTAKT: Magdalena Zronková, ☎ 605 215 882 ✉ [zronkova@latran.cz](mailto:zronkova@latran.cz)

*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

**Kancelář Dobrovolnického centra**  
5. května 251, Plešivec  
381 01 Český Krumlov

**774 719 767**  
 [dobrovolnictvi@krumlov.cz](mailto:dobrovolnictvi@krumlov.cz)  
 [dobrovolnictvi.krumlov.cz](http://dobrovolnictvi.krumlov.cz)