



B | R | N | O

TÝDEN PRO RODINU

Rodina – tým pro život



PROGRAM

květen–červen
2022



Rodina – tým pro život, to je motto letošního ročníku Týdne pro rodinu, kterou organizuje Rodinný svaz ČR. Jako rodič pěti malých dětí si uvědomuji, že nemůžeme být se ženou stále pouze trenéři, ale především musíme být týmovými hráči. Každý člen rodiny má svoji jedinečnou a nezaměnitelnou roli a díky vzájemné spolupráci dosahujeme úžasných úspěchů. Když jednomu něco nejde, pomůžeme si, jsme tu jeden pro druhého. Naše role v rodině se navíc v průběhu života mění a je proto dobré myslet na každou z nich, ať už se jedná o nejmenší děti, rodiče nebo seniory. Rodina tu totiž není jen pro výchovu dětí, ale zásadní význam má i ve stáří, kdy role pečovatele a ochránce přechází na děti, kteří se musí postarat o své rodiče či prarodiče.

V rámci města Brna se k podpoře rodičů hlásíme dlouhodobě, vnímáme jejich důležitost a snažíme se je aktivně podporovat. Je pro nás důležité, aby rodiče na své děti měli čas, aby měli v blízkosti svého bydliště čistá a bezpečná hřiště, kvalitní školky a školy a hlavně místa, kde mohou společně trávit svůj volný čas.

Rodiče a rodiny mají v naší společnosti jednoduše nenahraditelné místo. Přijměte proto, prosím, moji pozvánku na některou z akcí, které se v rámci Týdne pro rodinu v Brně uskuteční. Věřím, že společně strávený čas si maximálně užijete.

Mgr. Petr Hladík
1. náměstek primátorky města Brna

Prožít Pohádku máje...

Lektorovaná vycházka

Datum a čas: **1. 5. 2022** | 10:00 hod.

Místo konání: sraz na náměstí v Ostrovačicích (odkud dojdeme do Žebětína)

Rezervace: **nutná** | formou SMS na tel.: 739 359 688

Organizátor: projekt FOR VISITORS – Poznávejme hravě (www.forvisitors.cz) a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno (www.stabilstudio.cz)

Už jste se někdy ocitli uprostřed románu, mohli koketovat s autorem a diskutovat s hlavními postavami? Že ne? Pojdte s námi na lektorovanou vycházku po místech spjatých s legendárním románem Viléma Mrštíka. Uvidíte román jinými očima a netradičně si osvěžíte klasické maturitní téma. Na vycházku zveme mladé i starší, jednotlivce i páry, zadané i nezadané, bez dětí i s nimi. Délka trasy je přibližně 12 km, projdeme ji odhadem za 4,5 hodiny.

Psí víkend

Datum a čas: **7. 5. 2022** | 11:30–18:30 hod.

Místo konání: Zážitková Základna Zouvalka, u přehrady – nejlepší příchod od hradu Veveří, před Junáckou loukou, kde jsou již značené cedule

Organizátor: Ing. Michaela Drábková, Ph.D., Pes Parták & Martin Kottek, Zážitková základna Zouvalka, www.pespartak.cz
Kontakt: Ing. Michaela Drábková, Ph.D., tel.: 608 575 471, Martin Kottek, tel.: 606 432 122, Sylvie Heiserová, tel.: 775 058 419

Prožijte sobotní odpoledne v krásné přírodě s možností bezpečně socializovat svého pejska s jinými pejsky. Během odpoledne se v několika vstupech pro děti i dospělé dozvíte, jak zlepšit pejskovu poslušnost v každodenním životě, jak pejska zabavit, jak zlepšit vztah dítěte a pejska, ale také jak s pejskem pracovat loveckým výcvikem. Na místě pro všechny účastníky čeká nejen bohatá tombola, občerstvení, hudební produkce, ale také koučka pro komunikaci se psy, která napoví, jak na odstranění překážek v psím chování. Akce je pořádána pro všechny majitelé psů se zájmem o pozitivní soužití se psem.

Pojďme se na chvíli stát babičkou či dědečkem

Datum a čas: **7. 5. 2022** | 14:00–17:00 hod.

Místo konání: OMNI Cafe fit studio, Třešňová 330/2, Brno-Medlánky

Organizátor: Dobrovolnické centrum ADRA Brno, kontakt: Mgr. Kateřina Havránková Ph.D., tel.: 733 598 494, www.adrabrno.cz

Díky gerontoobleku budete moci na chvíli zestárnout. Zvládnete jednoduché úkony, i když se vám třese ruka? Přejďte zjistit, jaká pohybová a smyslová omezení stáří přináší. Zároveň můžete namalovat nebo napsat vzkaz na kamínek či pohlednici a věnovat ho svému blízkému seniorovi nebo do Domova pro seniory.

Den pro rodinu

Datum a čas: **7. 5. 2022** | 14:30–18:30 hod.

Místo konání: Salesiánské středisko mládeže – dům dětí a mládeže Brno-Žabovřesky, Foerstrova 2, Brno

Organizátor: Salesiánské středisko mládeže – dům dětí a mládeže Brno-Žabovřesky, www.brno.sdb.cz/stredisko

Přijďte si užít příjemné odpoledne s celou rodinou. Čeká na vás program plný aktivit a zábavy pro všechny bez ohledu na ročník narození.

Rodičovská není brzda

Podcast

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Místo konání: online | <https://marter.cz/podcast>

Organizátor: M.arter: vzdělávací a networkingová platforma pro ženy i muže na rodičovské, www.marter.cz

Hosté našeho podcastu vám ukáží i dokáží, že rodičovská není brzda, když sami nechcete. Získáte inspiraci i praktické informace.

Blog M.arter

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Místo konání: online | <https://marter.cz/blog>

Organizátor: M.arter: vzdělávací a networkingová platforma pro ženy i muže na rodičovské, www.marter.cz

Přinášíme nejen inspirativní čtení pro každého, kdo chce na rodičovské růst

stejně jako naši malí partáci. Na našem blogu najdete: cenné informace od právníků, kariérových poradců, podnikatelů, lektorů, jiných žen a mužů na stejné vlně jako jste vy a mnoho dalšího.

Ebooky usnadňující návrat do práce

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Organizátor: M.arter: vzdělávací a networkingová platforma pro ženy i muže na rodičovské, www.mararter.cz

Ebooky jsou dva. První s názvem Jak na online pohovor. Druhý s názvem Jak se (s)právně vrátit po rodičovské do práce. Jsou ke stažení zdarma na <https://mararter.cz/ebook>.

Online komunita Rodičovství není brzda

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Organizátor: M.arter: vzdělávací a networkingová platforma pro ženy i muže na rodičovské, www.mararter.cz

Rodičovská není brzda, když nechcete. Pro všechny, které jsou tohoto názoru je tu naše stále rostoucí online komunita plná žen a mužů na stejné vlně jako jste vy. Facebook: skupina Rodičovství není brzda. Členství je bez poplatku.

Ožívají!... Po stopách soch ve veřejném prostoru

Online – hravý námět na rodinou vycházku

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Místo konání: trasa se nachází v brněnské čtvrti Žabovřesky

Organizátor: Projekt FOR VISITORS – Poznávejme hravě (www.forvisitors.cz) a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno (www.stabilstudio.cz)

Jaké to je, když vám sochy před očima ožívají? No, my myslíme, že prima! Pojdte to vyzkoušet! Projděte se s námi brněnskou částí Žabovřesky. Uvidíte sochy jinýma očima! Na cestu vás vybavíme podrobným popisem, mapou a spoustou inspirativních úkolů pro malé i velké. Stačí si stáhnout zdarma průvodce s názvem „Ožívají!... Po stopách soch ve veřejném prostoru“ na www.forvisitors.cz/ke-stazeni a vydat se na cestu za dobrodružstvím. Trasa je turisticky nenáročná, dlouhá 3,7 km a pohodlná i pro kola a kočárky. Po cestě je několik dětských hřišť.

Co uvidíš? Po stopách jedinečné přírody a divoké zvěře

Online – hravý námět na rodinou vycházku

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Místo konání: trasa se nachází v Oboře Holedná

Organizátor: Projekt FOR VISITORS – Poznávejme hravě (www.forvisitors.cz) a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno (www.stabilstudio.cz)

Jak pozorně se rozhlížíte po světě? Nabízíme vám prima příležitost to otestovat! Pojdte se projít brněnskou Oborou Holedná. Na cestu vás vybavíme průvodcem s křížovkou, který vás 8x zastaví, aby vás upozornil na něco jedinečného nebo vyzval malé i velké k herní akci. Stačí si stáhnout zdarma průvodce s názvem „Co uvidíš? Po stopách jedinečné přírody a divoké zvěře“ na www.forvisitors.cz/ke-stazeni a vydat se na cestu za dobrodružstvím. Trasa je turisticky nenáročná, dlouhá 5,2 km a pohodlná i pro kola a kočárky. Po cestě jsou umístěny lavičky a odpočívadla.

Esence ženství ve městě Brně

Online – hravý námět na rodinou vycházku

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Místo konání: centrum města Brna – Zelný trh, Náměstí Svobody a okolní ulice až po Moravské náměstí

Organizátor: Projekt FOR VISITORS – Poznávejme hravě (www.forvisitors.cz) a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno (www.stabilstudio.cz)

Jak se otiskuje ženský element do veřejného prostoru? Je město více mužské či ženské? Je mateřské? Pojdte s námi objevovat otisky ženskosti v centru Brna. Procházka je prima pro mladé i starší, jednotlivce i páry, zadané i nezadané, bez dětí i s nimi – všichni budou mít co objevovat! Stačí si stáhnout zdarma průvodce s názvem „Esence ženství ve městě Brně“ na www.forvisitors.cz/ke-stazeni a vydat se na cestu za dobrodružstvím. Trasa vede centrem města a je možné ji zpestřit návštěvou okolních kaváren.

Prožít Pohádku máje...

Online – hravý námět na rodinou vycházku

Datum a čas: **7. 5. 2022** | po celý týden i po něm

Místo konání: trasa mezi Ostrovačicemi a Žebětínem

Organizátor: Projekt FOR VISITORS – Poznávejme hravě
(www.forvisitors.cz) a Taneční a pohybové studio STABIL
STUDIO Brno (www.stabilstudio.cz)

Už jste se někdy ocitli uprostřed románu, mohli koketovat s autorem a diskutovat s hlavními postavami? Že ne? Pojďte se projít po místech spjatých s legendárním románem Viléma Mrštíka. Uvidíte román jinýma očima a netradičně si osvěžíte klasické maturitní téma. Výlet je prima pro mladé i starší, jednotlivce i páry, zadané i nezadané, bez dětí i s nimi. Stačí si stáhnout zdarma průvodce s názvem „Prožít Pohádku máje...“ na www.forvisitors.cz/ke-stazeni a vydat se na cestu za dobrodružstvím. Délka trasy je přibližně 12 km pohodlnou cestou.

Rodinná stezka v Zahradách pod Petrovem

Datum a čas: **7.-15. 5. 2022** | v otevírací době Zahrad pod Petrovem
Místo konání: Zahrady pod Petrovem, Petrská 1, 602 00 Brno-střed
Organizátor: Centrum pro rodinu a sociální péči, Mgr. et Mgr. Ivana Štěpánková, tel.: 731 604 064, www.crsp.cz

Máte rádi úkoly a luštění? Rádi objevujete nová místa? Přijďte si užít rodinnou stezku plnou zábavy v Zahradách pod Petrovem. V průběhu celého Týdne pro rodinu Vám nabízíme možnost projít si několik stanovišť a společně plnit úkoly. Veškeré instrukce najdete u vstupu. Stezka je volně přístupná všem a každý člen rodiny si přijde na své. Neváhejte a zastavte se, odměna Vás nemine.

S Mendelem za pokladem

Datum a čas: **7. 5. – 31. 12. 2022**
Místo konání: trasa vede po úbočích špilberského kopce a je dlouhá 3 km. Informace k tomu, jak se zúčastnit najdete na <https://smendelemzapokladem.luzanky.cz>
Organizátor: Lužánky – středisko volného času, kontakt: Kerdová Štěpánka, tel.: 774 142 206

Interaktivní trasa po špilberském parku určená pro rodiny s dětmi uspořádaná k dvoustému výročí narození Johana Gregora Mendela.

Hernička s pohádkou

Datum a čas: **9. 5. 2022** | 9:00–12:00 hod.
Místo konání: RC MaTáTa Husovice, Dukelská tř. 49/9, ateliér – vchod A

Organizátor: RC MaTáTa, kontakt: Jitka Svobodová, tel.: 605 243 249,
<http://rcmatata.weebly.com>, FB: www.facebook.com/RCMaTaTaHusovice

Přijďte si pohrát, podívat se na pohádku s maňásky a zaspívat si s námi.
Dopoledne pro rodiče s dětmi jakéhokoliv věku.

Tvořivé setkání pečujících a přátel

Datum a čas: **9. 5. 2022** | 14:00–16:00 hod.
Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115
Rezervace: **vhodná** | Zdeňka Michálková, tel.: 733 678 890,
e-mail: zdenka.michalkova@uniepecujicich.cz
Organizátor: Unie pečujících, z.s., www.uniepecujicich.cz

Setkání pečujících (i bývalých) o osobu blízkou, přátel a příznivců. Vyzkoušíte si různé tvořivé techniky (např. malování na hedvábí, tvoření z paracordu, pískování, tvoření 3D perem). Výrobek si odnesete domů. Vložené 50 Kč na materiál. Drobné občerstvení zajištěno.

Tradiční úkolová stezka pro děti

Datum a čas: **9.–13. 5. 2022** | celodenně
Místo konání: oblast městské části Brno-sever. Bližší informace k trase bude uvedena v průběhu dubna na webových stránkách a FB organizace.
Organizátor: RC MaTáTa, kontakt: Zuzana Mládková, tel.: 724 796 059,
<http://rcmatata.weebly.com>, FB: www.facebook.com/RCMaTaTaHusovice

Již třetím rokem připravuje RC MaTáTa pro děti a jejich rodiny úkolovou stezku. Stezka se již dvakrát konala v Brně-Řečkovících, nyní se přesouvá do městské části Brno-sever. Na trase dlouhé zhruba 2 km na děti čekají různé úkoly jako skládání puzzle, poznávání živočichů, pohybové prvky apod. Akce probíhá vždy za podpory dané městské části a Besipu.

Hernička

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 9:00–12:00 hod.
Místo konání: RC MaTáTa Řečkovice, Horácké náměstí 12
Organizátor: RC MaTáTa, kontakt: Jitka Svobodová, tel.: 605 243 249,
<http://rcmatata.weebly.com>, FB: www.facebook.com/RCMaTaTaHusovice

S dětmi vzbudíme klokánka písničkou, zopakujeme si pohybové říkanky, zahrajeme si na hudební nástroje, trochu se protáhneme a něco vytvoříme. Společně si popovídáme a necháme prostor pro volnou hru dětí. Hernička je pro děti od 6 měsíců do předškolního věku.

Cvičení pro rodiče s dětmi

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 9:30–10:30 hod.
Místo konání: Orlovna Hlaváčova 404/20, 614 00 Brno-Obřany
Rezervace: **nutná** | na zdravaskolicka@seznam.cz
Organizátor: Cesta pro děti z.s., kontakt: Bohdana Mazůrková, tel.: 604 212 719, www.zdravaskolicka.eu

Sportovně zaměřená aktivita pro rodiče na rodičovské dovolené a jejich děti ve věku 2 až 6 let. Pohybové hry, cvičení s říkadly a písničkami, opičí dráha, taneční hry.

Trénování paměti pro pečující a přátele

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 10:00–12:00 hod.
Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115
Rezervace: **vhodná** | Zdeňka Michálková, tel.: 733 678 890, e-mail: zdenka.michalkova@uniepecujicich.cz
Organizátor: Unie pečujících, z.s., www.uniepecujicich.cz

Setkání pečujících (i bývalých) o osobu blízkou, přátel a příznivců. Přidře si vyzkoušet techniky, jak udržet svoji paměť v kondici. Drobné občerstvení zajištěno.

Den otevřených dveří v Laktační poradně

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 11:00–16:00 hod.
Místo konání: Lata – pracoviště SVČ Lužánky, Plovdivská 8, Brno-Žabovřesky
Rezervace: **nutná** | na e-mail: necasova@luzanky.cz
Organizátor: Lužánky – středisko volného času Brno, příspěvková organizace, kontakt: Nečasová Lucie, tel.: 604 331 163, <https://lata.luzanky.cz/Sluzby/Laktacni-poradna>

Poskytujeme ověřené informace a důležité rady a dovednosti, které jsou potřeba pro úspěšné kojení. Můžete očekávat vysvětlení a praktickou pomoc při potížích s kojením. Naučíme Vás, jak poznat, že miminko pije, jak si sednout ke kojení, aby Vás nebolela záda, řešit nejčastější problémy při kojení.

Trénování paměti pro pečující a přátele

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 14:00–16:00 hod.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115

Rezervace: **vhodná** | Zdeňka Michálková, tel.: 733 678 890,
e-mail: zdenka.michalkova@uniepecujicich.cz

Organizátor: Unie pečujících, z.s., www.uniepecujicich.cz

Přijďte si vyzkoušet techniky, jak udržet svoji paměť v kondici. Drobné občerstvení zajištěno.

Pečující rodina jako tým

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 16:00–17:30 hod.

Místo konání: Diakonie ČCE – středisko v Brně, Hrnčířská 27, Brno

Rezervace: **nutná** | e-mail: poradna@diakoniebrno.cz,
tel.: 731 642 068

Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, Svítání – poradna pro pečující a pozůstalé, kontakt: Magdaléna Šrubařová,
tel: 734 790 995, e-mail: pr@diakoniebrno.cz,
www.diakoniebrno.cz

Neformální péče. Něco, co v životě děláme pro své blízké, pro někoho, koho máme rádi. Často se ocitáme v roli neformálního pečujícího z hodiny na hodinu, ze dne na den. Stále však zůstáváme ve všech svých dosavadních rolích. Jsme pořád něčí rodiče, partneři, přátelé, kolegové, děti. Jak tohle naše rodina zvládne a co můžu udělat já.

Dřevodílna

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 16:00–18:00 hod.

Místo konání: Legato, Stamicova 7, Brno-Kohoutovice

Organizátor: Lužánky – středisko volného času Brno, příspěvková organizace, kontakt: Jitka Weinerová, tel.: 777 817 733,
www.legato.luzanky.cz

Na zahradě Legata budou připravena stanoviště s úkoly, vedoucími ke konkrétnímu výrobku, který si sami odekorujete (dáte mu vlastní design) a můžete jen doma využít. Budete si moci vyzkoušet, jak rychle přeřezete poleno – vítěz získá odměnu. Po absolvování všech aktivit budete moci zrealizovat vlastní drobný projekt ze dřeva. Přijďte včas, ať využijete dostatečně prostor a dobu na výrobu. Aktivita je určená pro rodiče s dětmi a děti školního věku 3 až 5 let.

Jak podpořit zdraví našich dětí

Datum a čas: **10. 5. 2022** | 18:00–19:00 hod.

Místo konání: Lidická 28, Brno

Rezervace: **nutná** | formou SMS na tel.: 608 575 471, nebo na e-mail: michaelad@seznam.cz

Organizátor: Ing. Michaela Drábková, Ph.D., tel.: 608 575 471

Osvětová přednáška s důležitými informacemi věnována rodičům. Dozvíte se, jak jednoduše zlepšit přirozené zdraví svých dětí – nepůjde pouze o výživu, stravování, pohyb atd. vedoucí k omezení překážek spojených s neviditelnými záněty, nekvalitními, popř. nevhodnými potravinami. Jak je možné podpořit přirozenou imunitu těla k posílení odolnosti vůči infekcím, ale také jak dopomoci dítěti k lepším výsledkům ve škole i ke zlepšení psychiky. Dozví se možnosti poznávání skrytých zánětů, omezení sportovního nezvratného zatížení nejen u dětí-sportovců a v neposlední řadě i jak si dopomoci ke kvalitnějšímu životu v budoucnu.

Šijeme prstové maňásky

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 9:00–10:30 a 10:30–12:00 hod.

Místo konání: RC MaTáTa Husovice, Dukelská tř. 49/9, ateliér – vchod A

Rezervace: **nutná** | registrace přes Reservio: <https://rc-matata.reservio.com/>, název akce: TÝDEN PRO RODINU – Šijeme prstové maňásky

Organizátor: RC MaTáTa, kontakt: Jitka Svobodová, tel.: 605 243 249, <http://rcmatata.weebly.com>, FB: www.facebook.com/RCMaTaTaHusovice

Přijďte si ušít jednoduchá prstová zvířátka z filcu. Podle šablony to zvládne opravdu každý. Naučíte se pracovat s nažehlovací výztuhou, ukážeme si, jak šít malé plochy a odnesete si tři zvířátka. Vezměte děti s sebou, mohou Vám pomoci nebo si pohrát v herně.

Tvořivé setkání pečujících a přátel

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 9:00–12:00 hod.

Místo konání: tř. Kpt. Jaroše 3, Brno, místnost 115

Rezervace: **vhodná** | kontakt: Zdeňka Michálková, tel.: 733 678 890, e-mail: zdenka.michalkova@uniepecujících.cz

Organizátor: Unie pečujících, z.s., www.uniepecujících.cz

Setkání pečujících (i bývalých) o osobu blízkou, přátel a příznivců. Vyzkoušíte si různé tvořivé techniky (práce s filcem, malování kamínků, tvorba papíro-

vých přání). Výrobek si odnesete domů. Vložné 50 Kč na materiál. Drobné občerstvení zajištěno.

Cvičení s kojenci 4

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 10:00–12:00 hod.

Místo konání: Lata – pracoviště SVČ Lužánky, Plovdivská 8, Brno-Žabovřesky

Rezervace: **nutná** | na e-mail: necasova@luzanky.cz

Organizátor: Lužánky – středisko volného času, kontakt: Lucie Nečasová, tel.: 604 331 163, www.lata.luzanky.cz

Kurz cvičení, masáží, relaxací a výživy kojenců a jejich maminek. Nabídneme Vám nápady na pohybové aktivity s miminkem, naučíme Vás posuzovat jeho vývoj, společně se naučíme, jak správně chovat, nosit a zvedat miminko do 6 měsíců. Vyzkoušíme si masáže miminek, zařadíme i cvičení pro maminku.

Jak se ubránit energosmejdům a jiným podvodníkům

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 14:00–16:00 hod.

Místo konání: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., Mečová 5, Brno, 3. patro (k dispozici výtah)

Organizátor: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s, kontakt: Gerta Mazalová, tel.: 607 113 703, www.asociace-sos.cz

Přijde se k nám dozvědět, jak bezpečně postupovat při jednání s dodavateli energií a dalšími podnikatelskými subjekty.

Esence ženství ve městě Brně

Lektorovaná vycházka

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 15:00 hod.

Místo konání: sraz u kašny Parnas na Zelném trhu v centru Brna

Rezervace: **nutná** | formou SMS na tel.: 739 359 688

Organizátor: Projekt FOR VISITORS – Poznávejme hravě (www.forvisitors.cz) a Taneční a pohybové studio STABIL STUDIO Brno (www.stabilstudio.cz)

Jak se otiskuje ženský element do veřejného prostoru? Je město více mužské či ženské? Je mateřské? Přidejte se k netradiční lektorované vycházce a pojedte s námi objevovat otisky ženskosti v centru Brna. Na vycházku zveme mladé i starší, jednotlivce i páry, zadané i nezadané, bez dětí i s nimi. Trasa vede centrem města a vycházka potrvá přibližně 2 hodiny.

BIKERMANIA

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 15:00–17:00 hod.

Místo konání: travnatá plocha u mostu Monyové za zahradami ulice Řádky, 614 00 Brno-Obřany

Rezervace: **nutná** | na zdravaskolicka@seznam.cz

Organizátor: Cesta pro děti z.s., kontakt: Bohdana Mazůrková, tel.: 604 212 719, www.zdravaskolicka.eu

Jízdy zručnosti přes terénní překážky na horském kole pro děti od 6 let i pro dospělé. Nutné vlastní kolo a ostatní cyklistické vybavení.

„Pes parták dětem“ – Jak z pejska udělat kamaráda

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 16:00–17:00 hod.

Místo konání: Lužánecký park, u kašny za Střediskem volného času

Rezervace: **nutná** | formou SMS na tel.: 608 575 471, , nebo na e-mail: michaelad@seznam.cz

Organizátor: Ing. Michaela Drábková, Ph.D. & Pes Parták, www.pespartak.cz

Setkání dětí i rodičů s koučkou pro komunikaci se psy – půjde o povídání s praktickými ukázkami věcí důležitých pro rozvoj bezpečného chování člověka při jednání s pejskem. Co by měly nejen děti zvládat při jednání se svým, ale i při setkání s cizím pejskem. Přijít můžete s pejskem nebo i bez něj. Setkání je určené také pro vás s obavou ze psů za účelem osvojení si postřehů, které pomohou vašemu klidnějšímu každodennímu životu.

Jak posílit stabilitu našeho rodinného týmu?

workshop

Datum a čas: **11. 5. 2022** | 17:00–18:00 hod.

Místo konání: Centrum pro rodinu a sociální péči, Biskupská 7, 602 00 Brno

Rezervace: **nutná** | e-mail: lenka.spakova@crsp.cz, tel.: 604 320 476

Organizátor: Centrum pro rodinu a sociální péči, www.crsp.cz

Cítíte se ve stresu? Zveme vás na workshop, ve kterém se dozvíte, jak udržet všechny důležité oblasti vašeho života v rovnováze. Budeme také společně diskutovat o tom, jak vybalancovat svůj život a jak se bránit stresu. Přijďte a načerpejte inspiraci, jak posílit stabilitu (nejen) rodinného týmu.

Hernička

Datum a čas: **12. 5. 2022** | 9:00–12:00 hod.
Místo konání: RC MaTáTa Řečkovice, Horácké náměstí 12
Organizátor: RC MaTáTa, kontakt: Jitka Svobodová, tel.: 605 243 249,
<http://rcmatata.weebly.com>, FB: www.facebook.com/RCMaTaTaHusovice

S dětmi vzbudíme klokánka písničkou, zopakujeme si pohybové říkanky, zahrajeme si na hudební nástroje, trochu se protáhneme a něco vytvoříme. Společně si popovídáme a necháme prostor pro volnou hru dětí. Hernička je pro děti od 6 měsíců do předškolního věku.

Když zlobí paměť

Datum a čas: **12. 5. 2022** | 16:00–16:45 hod.
Místo konání: Diakonie ČCE – středisko Brno, Hrnčířská 27, Brno
Rezervace: **nutná** | na e-mailu: km.bрно@diakoniebno.cz, nebo na tel.: 734 166 378
Organizátor: Diakonie ČCE – středisko v Brně, Kontaktní místo České Alzheimerovské společnosti v Brně, kontakt: Magdaléna Šrubařová, tel.: 734 790 995, e-mail: pr@diakoniebno.cz, www.diakoniebno.cz

Pobavíme se, jak rozpoznat vážné potíže s pamětí od běžného zapomínání, jak efektivně komunikovat s člověkem s demencí (Alzheimerovou chorobou), jestli můžeme předejít vzniku demence a prakticky si vyzkoušíme, jak můžeme hravou formou trénovat paměť. Setkání je určeno zejména pro dospělé členy rodiny, ale aktivně se zvládnou zapojit i děti od 12 let.

Jsme jeden tým – i s pubertáky v rodině

Datum a čas: **12. 5. 2022** | od 19:30 hod.
Místo konání: on-line webinar | registrace na www.cenap.cz/kurzy-pro-verejnost
Organizátor: Centrum naděje a pomoci, kontakt: MUDr. Ludmila Lázníčková, tel.: 731 428 333, www.cenap.cz

Puberta dětí přináší do rodiny mnohdy rozmanité zkoušky. Jak ustát proměnu roztomilého důvěřivého andílka v bytost, která potřebuje se osamostatnit, mít svůj vlastní názor? Dokážeme být i nadále respektujícím společenstvím? Co můžeme pro to v rodině udělat?

Hernička

Datum a čas: **13. 5. 2022** | 9:00–12:00 hod.
Místo konání: RC MaTáTa Husovice, Dukelská tř. 49/9, ateliér – vchod A
Organizátor: RC MaTáTa, kontakt: Jitka Svobodová, tel.: 605 243 249,
<http://rcmatata.weebly.com>, FB: www.facebook.com/RCMaTaTaHusovice

S dětmi vzbudíme klokánka písničkou, zopakujeme si pohybové říkanky, zahrajeme si na hudební nástroje, trochu se protáhneme a něco vytvoříme. Společně si popovídáme a necháme prostor pro volnou hru dětí. Hernička je pro děti od 6 měsíců do předškolního věku.

MamiK

Datum a čas: **13. 5. 2022** | 9:30–11:00 hod.
Místo konání: Legato, Stamicova 7, 623 00 Brno-Kohoutovice
Rezervace: **nutná** | na <https://legato.luzanky.cz/Akce/66097/MamiK-klub-pro-maminky-s-detmi-3>
Organizátor: Lužánky – středisko volného času Brno, příspěvková organizace, kontakt: Jitka Weinerová, tel.: 777 817 733,
www.legato.luzanky.cz

MamiK je klub pro rodiče s dětmi od 0 do 4 let. Program připravujeme aktuální dle data setkání. Můžete si společně s Vaším dítětem zaskotačit, rozpohybovat se, podpořit své dítě v překonávání vlastních hranic a rozvoji pohybových aktivit. Pro rodiče je připravena kreativní činnost jako inspirace na domácí tvorbu. Společně pak zkusíme pár jednoduchých her, kdy se jako kooperující jednotka zapojíte do plnění drobných úkolů. Káva a drobné občerstvení jsou v ceně. Pro pohyb na čerstvém vzduchu lze zahradu využít až do oběda.

Keramické dílničky

Datum a čas: **13. 5. 2022** | 10:30–12:00 hod.
Místo konání: Zahrada Zdravé školičky, Fryčajova 117, 614 00 Brno-Obřany, vstup z ulice Cihelní
Rezervace: **nutná** | na zdravaskolicka@seznam.cz
Organizátor: Cesta pro děti z.s., kontakt: Bohdana Mazůrková,
tel.: 604 212 719, www.zdravaskolicka.eu

Výtvarně zaměřená aktivita pro rodiče na rodičovské dovolené a jejich děti ve věku 2 až 6 let. Podle vlastního zájmu, věku dítěte a míry zapojení rodičů možnost výběru aktivity: hrátky s hlinou/výroba misky/točení hrnku na

hrnčířském kruhu. Cena za materiál a výpal výrobku v peci: 50 Kč menší výrobek/větší výrobek, hrnek, miska 100 Kč.

Pozor na nákupy v e-shopech, na podvodné obchodní galerie, zprostředkovatele a zboží z tzv. 3 zemí

Datum a čas: **13. 5. 2022** | 14:00–16:00 hod.

Místo konání: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., Mečová 5, Brno, 3. patro (k dispozici výtah)

Organizátor: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., kontakt: Gerta Mazalová, tel.: 607 113 703, www.asociace-sos.cz

Máte-li zájem se dozvědět o tom, jak se vyvarovat problémům při nákupech přes e-shopy, velmi rádi Vás přivítáme u nás v poradně. Předáme Vám informace o tom, jak problémům při nákupech předcházet a také o tom, jak řešit ty, které ve spojitosti s podvodnými praktikami již vznikly.

Trousíme se na Špilberk

Datum a čas: **15. 5. 2022** | 10:00–16:00 hod.

Místo konání: Špilberk – Otevřená zahrada

Organizátor: Unie ROSKA – reg. org. Roska Brno-město, z.p.s., kontakt: Ing. Olga Rubinová, Ph.D., tel.: 606 331 073, www.roska-bm.cz, Facebook: Roska-Brno

Výstup „na horu“ Špilberk pořádá patientská organizace sdružující osoby s roztroušenou sklerózou Roska Brno-město letos již druhým rokem. Jejím cílem je široké veřejnosti ukázat, že chronickým onemocněním, které ztěžuje každodenní život, trpí tisíce lidí a přesto, s podporou rodiny a přátel mohou svá trápení zvládat. Účastníci si mohou vyzkoušet jaké to je chodit o berlích nebo jezdit na vozíku, jak nemocné podpořit a pacienti v roli organizátorů předvedou, že i přes určité hendikepy mohou být platnými členy společnosti a vytvořit si komunitu, která může být druhou rodinou. Doba trvání akce je 10 až 16 hodin.

Den pro rodinu

Datum a čas: **15. 5. 2022** | 11:30–16:00 hod.

Místo konání: Centrum pro rodinu a sociální péči, Biskupská 7, 602 00 Brno

Organizátor: Centrum pro rodinu a sociální péči, kontakt: Mgr. Tatiana Jopková, tel.: 777 906 608, www.crsp.cz

Zábavný program určený zejména rodinám s dětmi. Chcete si vyzkoušet,

jak Váš rodinný tým zvládne obléknout miminko, poskládat slova z písmen, poskytnout první pomoc pod dohledem záchranářů nebo vytvořit obrázek za ztížených podmínek? Pro děti je připravena také jízda na lanové dráze a slackline, pro zájemce možnost vyzkoušet si „těhotenské břicho“ a další aktivity. Potěší Vás také kouzelnické představení a děti se budou moci zapojit do zpívání a tancování. Přijďte si užít zábavné nedělní odpoledne a oslavit s námi 30 let činnosti Centra pro rodinu a sociální péči!

Jaro na krku

Datum a čas: **15. 5. 2022** | 13:30–15:00 hod.
Místo konání: Špilberk – altánek pod hradbami
Organizátor: SaBBa, Sdružení aktivní babičky a dědečci,
www.babickysabba.cz

Módní přehlídka pro navození jarní atmosféry. Nápadů na dostupnou módu pro celé rodiny. Pro oživení šatníku manekýny SaBBY předvedou vázání šátků i kravat. Na závěr si mohou všichni společně zatančit.

Cestovní ruch – jak bezpečně cestovat, pojištění a jak postupovat při případném krachu CK

Datum a čas: **16. 5. 2022** | 14:00–16:00 hod.
Místo konání: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., Mečová 5, Brno, 3. patro (k dispozici výtah)
Organizátor: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., kontakt: Gerta Mazalová, tel.: 607 113 703, www.asociace-sos.cz

Blíží se léto a doba dovolených. Na tu je dobré se připravit i z hlediska volby vhodné cestovní kanceláře, pojištění aj. Rádi Vám poskytneme informace o tom, jak si nezkatit dovolenou s problémy týkající se zařizování těchto záležitostí.

Potraviny, kvalita, ceny, jak bezpečně nakupovat kvalitní zboží

Datum a čas: **18. 5. 2022** | 14:00–16:00 hod.
Místo konání: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., Mečová 5, Brno, 3. patro (k dispozici výtah)
Organizátor: Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s., kontakt: Gerta Mazalová, tel.: 607 113 703, www.asociace-sos.cz

Je pro Vás toto téma zajímavé? Pak Vás rádi přivítáme a dozvíte se od nás

mnoho zajímavých a užitečných informací o tom, jak si při nákupech potravin počínat, aby jste si z obchodu odnášeli kvalitní potraviny za přijatelné ceny.

Veletrh prorodinných a seniorských organizací

Datum a čas: **7. 6. 2022** | 10:00–18:00 hod.

Místo konání: park Kraví hora – prostor zpevněné plochy u Hvězdárny a planetária

Organizátor: Oddělení prorodinné politiky Odboru zdraví Magistrátu města Brna. Kontaktní osoba: Bc. Nikol Voralová, tel.: 542 172 435, voralova.nikol@brno.cz, zdravi.brno.cz
Akce se koná pod záštitou 1. náměstkyně primátorky města Brna Mgr. Petra Hladíka.

Tento veletrh bude přehlídkou více než dvou desítek neziskových organizací, které se svojí činností zaměřují na rodiny s dětmi a seniory. Jedná se o mezi-generační akci, kde si každý přijde na své; připraven bude bohatý doprovodný program, součástí bude zábavná zóna pro děti, IQ zóna či zdravotnický stan s měřením tělesných a kognitivních funkcí. Na pódiu proběhnou přednášky a vystoupení. Děti si mohou užít malování na obličej, výtvarnou dílničku a dětskou Relax zónu s líným tenisem, chytáním rybiček, skládání obřích puzzle a mnoho dalšího. Po celou dobu akce bude pro veřejnost k dispozici zázemí v budově Hvězdárny, kde bude vyhrazeno místo pro maminky s možností přebalení a nakojení, WC a občerstvení v umístěných automatech na nápoje a jídlo. Vstup na akci je zdarma. Podrobnosti k veletrhu naleznete na Facebooku jako událost „Veletrh prorodinných a seniorských organizací“ a také na webu zdravi.brno.cz.

Za obsahovou náplň akcí uveřejněných v tomto informačním programu zodpovídají jednotliví organizátoři



BRNO

JSME JEDNA RODINA!





zdravi.brno.cz

Zadal | Odbor zdraví
Grafické zpracování | Kancelář marketingu a cestovního ruchu
Náklad | 1 000 ks
Vydal | Statutární město Brno, Magistrát města Brna
2022