

PLÁN KLUBU ZDRAVÍ PRO ROK 2017

- 12.1.2017 **PÉČE O VLASY A PLEŤ Z POHLEDU LÉKÁRNÍKA**
přednáší Mgr. Jana Kucková – lektorka KZ Znojmo
Vlasy a pleť ničí různé faktory. Můžeme mít krásné vlasy a pleť, aniž bychom museli investovat tisíce do kosmetiky?
- 9.2.2017 **NEZNALOST A LHOSTEJNOST ZABÍJÍ I.**
přednáší Martin Čech - specialista v oboru intenzivní péče
Prezentace nejnovějších poznatků o kardio-pulmonální resuscitaci dle Guidelines 2015. Zachránit život může každý!
- 9.3.2017 **STRACH - PŘIROZENÁ SOUČÁST ŽIVOTA?**
přednáší Monika Dospivová - lektorka KZ Vyškov
Aneb čeho se bojíme a jak se vyrovnat se strachem?
- 6.4.2017 **NEZNALOST A LHOSTEJNOST ZABÍJÍ II.**
přednáší Martin Čech - specialista v oboru intenzivní péče a Milan Přečh - záchranář
Kurz první pomoci – praktické ukázky dle nejnovějších poznatků o kardio-pulmonální resuscitaci dle Guidelines 2015.
- 11.5.2017 **ŠŤASTNÝ A NAD VĚCÍ I V NEPOHODĚ ANEB 8 OSVĚDČENÝCH RECEPTŮ Z DOB STARODÁVNÝCH**
přednáší Vladimír Kaleta – kazatel CASD
Jak si zachovat životní rovnováhu? Vrátime se k staletými osvědčené receptuře a sáhneme si na ni prostřednictvím jedinečné knihy, která oslovuje až dodnes milióny lidí na celém světě - totiž Bible.
- 15.6.2017 **SPOLEČNÉ DO PŘÍRODY – bližší informace na tel.č. 604684337**
- 5.10.2017 **„POMÁHAT NÁS BAVÍ“, Přednáší Zdeňka Severinová, vedoucí DC ADRA Znojmo a Mgr. Aneta Götzingerová, sociální pracovnice – Centrum sociálních služeb Znojmo, příspěvková organizace**
Jak můžeme pomoci i my! Představení dobrovolnictví a sociálních služeb ve Znojmě.
- 9.11.2017 **DIGITÁLNÍ DEMENCE - přednáší ThB. Jan Majer - kazatel CASD**
Jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum.
Digitální media - počítače, chytré telefony, televize - nám mění život. Když místo chůze pěšky jezdíme autem, nebo autobusem, ochabují nám svaly. Když nepoužíváme aktivně mozek, degeneruje. Co se s tím dá dělat?
- 7.12.2017 **VÁNOCE UŽ NEJSOU DALEKO – skrze tmu nám svítí hvězdy a na stole voní cukroví. Přijďte ochutnat. Bližší informace na tel.č. 604684337**

Městská knihovna Znojmo, vždy v 17 hodin
Kontaktní telefon: +420 604 684337