Dny zdraví 2018

1. – 26. září

ZDRAVÉ MĚSTO DAČICE

1. září od 14:00 h, sportovní stadion

3. ročník rozpustilého klání družstev z místních částí a Dačic



Soutěže v netradičních disciplínách mezi zúčastněnými týmy. Pro návštěvníky je připravena podívaná plná odvázané zábavy a sportovního nasazení.

Po vyhlášení výsledků následuje koncert kapely

ALMOST ACOUSTIC

11. září, 10 - 17 h; 12. září 9 - 17 h
Kancnýřův sad na Palackého náměstí

Putovní výstava Ligy proti rakovině „KAŽDÝ SVÉHO ZDRAVÍ STRŮJCEM“

- osvětová výstava „Labyrint zdraví“ na téma zdravý životní styl a prevence rakoviny *(panely s informacemi doplněné o kreslené vtipy V. Jiránka, J. Slívy, M. Bartáka a fotografie F. Dostála)*
- bohatě ilustrovaná část výstavy pro nejmladší děti
- projekce tematických videonahrávek
- interaktivní hrátky *(zájemci si mohou otestovat pohybovou zdatnost, postřeh, smyslové dovednosti či znalost anatomie)*
- bohatá nabídka odborné publikace vydavatelství LPR Praha s odměnami pro úspěšné luštitele testů
- nabídka vyšetření základních parametrů zdravotního stavu Státním zdravotním ústavem
- kontrola mateřských znamének - prevence rakoviny kůže
- kulturní program bude v režii místních spolků (žáci ZUŠ, mažoretky, malý jogínci s Míšou Přívětivou atd.)



Liga proti rakovině Praha

TIKÁ V KAŽDÉ RODINĚ · LIGA PROTI RAKOVINĚ PRAHA

vstup i vyšetření zdarma

13. září od 17 h, Kino Beseda

PaedDr. Drahomíra Blažková, Jaroslava Sedláková

NENECHME SEBOU MANIPULOVAT

Do kontaktu s lidmi, kteří námi manipulují, se dostáváme často (v obchodě, reklamě, rodinném prostředí, partnerských vztazích, v pracovním prostředí...). Dáme vám návod jak se před manipulátory chránit.

18. září, 17:00 - 18:30 h

Katolický dům, Mgr. Dana Vláčilová

JAK ROZPOZNAT PORUCHY UČENÍ

Beseda se speciální pedagožkou; praktické rady a zkušenosti z praxe.

Cvičení/sport:

Katolický dům

Cvičení pro zdraví s Hankou
středy 5., 12., 19. a 26. září; 17:30 - 18:30 h

Stolní tenis pro veřejnost
středy 5., 12., 19. a 26. září; 18:30 - 20:30 h
neděle 9., 16., 23. a 30. září; 9:30 - 11:30 h

Badminton / Lezecká stěna
neděle 16. září; 15:30 - 17:00 h

SOUZaS

TAI CHI - i pro seniory
www.taoist.cz, ukázkové hodiny v tělocvičně
neděle 16. a 23. září; 17:00 - 18:30 h

ZŠ B.N.

Kruháče s Martinem
cvičení v malé tělocvičně
každé úterý a čtvrtek; 17:00 - 18:00 h

7. září, jídelna THK Dačice, Ing. Petr Havlíček

VÝŽIVOVÝ PORADCE V THK

11:30 - 12:30 h Vám naservíruje jídla uvařená metodou VITALFOOD dle jeho receptů (oběd si uhradí každý sám).

13:00 h přednáška na téma „Rodinné stravování“.

20. září od 17:00 h, Kino Beseda

Mgr. Martina Kasalová, autorka knihy Zdravá výživa pro celou rodinu bude přednášet na téma

JAK ČÍST ETIKETY NA POTRAVINÁCH

Dozvíte se, jak potraviny nejen vhodně vybrat, ale i připravit; součástí bude i ochutnávka.

19. září, 9:30 - 10:30 h

Městská knihovna, Mgr. Zdeňka Chadimová

VIRTUÁLNÍ UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU

Vzdělávací aktivity pro seniory zaměřené na podporu fyzické a psychické kondice, podporují „bio-psycho-sociální“ rozvoj osobnosti. Je Vám je 55+? Rádi se dozvídáte nové informace? Pak v této přednášce se dozvíte další podrobnosti o studiu a studijních tématech.

KULTURNÍ DŮM BESEDA

Katolický DŮM Dačice

MĚSTSKÁ KNIHOVNA DAČICE

RESIDENT 2000

THK

Otevřená OKNA z.ú.

SAL MARINA

Inhalujte, relaxujte

- do solné jeskyně za zdravím a energií

v měsíci září sleva 20 %

na nákup permanentek.

Sal Marina, B. Smetany 192, Dačice, tel. 606 225 657

25. září, 17:00 - 18:30 h, Měst. knihovna

ZVUKOHRÁTKY S MISABELKOU A ÁRONEM Z KASTÁLIE

Šamanské techniky pro fyzickou a duševní pohodu s podporou hraní na spirituální hudební nástroje; uvedení člověka do jiného stavu vědomí pomocí šamanského bubnu, jehož pravidelný rytmus uvolňuje svalové napětí a zbavuje psychické zátěže.

26. září od 16:00 h, hlavní sál KD Beseda

Společnost RESIDENT 2000 o.p.s.

Konference „S NÁMI DOMA“

Praktické a užitečné informace pro ty, kteří se rozhodnou pečovat o blízkého doma. Dozvíte se víc o domácí zdravotní péči, pečovatelské a odlehčovací službě, o možnostech zapůjčení či získání kompenzačních pomůcek, o domácí hospicové péči atd. Můžete se těšit na zajímavý doprovodný program a výborné občerstvení. Konference je určena široké veřejnosti.

Vstupem na akce Dnů zdraví uděluji Městu Dačice, Krajířova 27/I, 380 13 Dačice, IČO 00246476 souhlas se zpracováním mých osobních údajů. Tj. obrazových záznamů z akce pro účely zveřejnění na webových stránkách www.dacice.cz, případně TV Datel a na Facebookových profilech města Dačice, a to za účelem propagace města. Fotografie a obrazové záznamy budou uloženy po dobu nejméně pěti let. Další informace o ochraně osobních údajů naleznete na www.dacice.cz/GDPR.