

SENIOR AKADEMIE 2016

1. den – pondělí 7. listopadu 2016

- 10.00 – 10.15 **Zahájení** – Bc. Michael Dufek, Veronika Slavíková,
PhDr. Ivan Langr
- 10.15 – 11.00 **Představení nového webu proti Šmejdům**
– PhDr. Ivan Langr
- 11.00 – 11.30 přestávka
- 11.30 – 12.15 **Mozkový jogging** – Dagmar Hajflerová
- 12.15 – 13.00 **Fyziologie člověka** – Mgr. Kateřina Sassmann
- 13.00 – 13.45 **Ukázka břišních tanců**
- 13.45 – 14.30 **Ukázka jógy**

2. den – úterý 8. listopadu 2016

- 09.00 – 09.45 **Zdravotní rizika ve stáří** – Český červený kříž
- 09.45 – 10.15 přestávka
- 10.15 – 11.15 **Motivace a dobrá kondice**
– PaedDr. Jiljí Novotný
- 11.15 – 12.30 **Jak se bránit samotě**
– PaedDr. Jiljí Novotný
- 13.00 – 14.00 **Exkurze do knihovny** – knižní novinky

3. den – pondělí 14. listopadu 2016

- 09.00 – 10.00 **Psychologie reklamy, cílená reklama**
 – Mgr. Lenka Polívková
- 10.00 – 10.30 přestávka
- 10.30 – 12.30 **Online nakupování a jeho rizika**
 – Heureka Shopping s.r.o.

4. den – úterý 15. listopadu 2016

- 09.00 – 10.00 **Finanční plán seniora** – Občanské sdružení „D“
- 10.00 – 10.30 přestávka
- 10.30 – 12.00 **Záludnosti smluv** – Občanské sdružení „D“

5. den – pondělí 21. listopadu 2016

- 09.00 – 10.00 **Zabezpečení ve stáří** – Šárka Hamannová
- 10.00 – 12.00 **Mezilidské vztahy** – Mgr. Lenka Polívková
- 12.00 – 12.30 přestávka
- 13.00 – 14.00 **Exkurze do Poradny pro rodinu, manželství
a mezilidské vztahy**

6. den – úterý 22. listopadu 2016

- 09.00 – 09.45 **Senior v dopravě**
– Městská policie Liberec – Zdeňka Brodská
- 09.45 – 11.00 **Dědictví a úprava majetkových poměrů**
– Mgr. Svatava Havelková
- 11.00 – 11.30 přestávka
- 11.30 – 13.00 **Základy anglického jazyka** – Petra Břeňová

7. den – pondělí 28. listopadu 2016

- 09.00 – 10.00 **Bezpečná domácnost** – HZS Libereckého kraje
- 10.00 – 10.30 přestávka
- 10.30 – 12.00 **Domácí násilí a násilí páchané na seniorech**
– Bílý kruh bezpečí

8. den – úterý 29. listopadu 2016

- 09.00 – 10.00 **Sociální služby pro seniory**
– Mgr. Jana Kulhánková
- 10.00 – 10.45 **Kompenzační pomůcky**
– Mgr. Jana Kulhánková
- 10.45 – 11.15 přestávka
- 11.15 – 12.15 **Organizace poskytující služby pro seniory**
– Mgr. Jana Kulhánková

9. den – pondělí 5. prosince 2016

09.00 – 10.30	Prevence kriminality – Policie České republiky
10.30 – 11.00	přestávka
11.00 – 11.45	Kurz sebeobrany – Martin Procházka
13.00 – 14.30	Ukázková hodina kurzu sebeobrany – Sport Centrum Budokan

10. den – úterý 6. prosince 2016

09.00 – 11.00	Představení projektu Národní kronika – Kateřina Sodomková
14.00 – 16.00	Slavnostní ukončení v prostorách liberecké radnice za účasti lektorů a účastníků kurzu