

Čas	Středa 13. listopadu	Místo konání
10:00–11:30	Barevný svět korálků Korálky dřívě a dnes, polodrahokamy, ukázka výroby, péče o šperky, jak ovlivňují barvy člověka. Pořádá: Alena Vodehnal Hojsáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–14:00	Aktivní život se psem Životní styl, psí sporty, canisterapie Pořádá: Jitka Štichauerová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–16:00	Jak sám sobě pomáhat, abychom žili šťastný a radostný život Objevení svého potenciálu, odhalení touhy, péče o naše tělo – výživa, vyladění energií pomocí NLP a meditace, jak se zbavit fobií a strachů, které nás ovládají. Pořádá: Jana Valcová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
15:00–16:00	Myšlenkové mapy – zaznamenejte si nejen své myšlenky přehledně a efektivně Přijďte zjistit, jak vám MM mohou zefektivnit práci, studium i organizaci v osobním životě. Pořádá: Ing. Petra Zimmerová – Vzdělávání s úsměvem	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:30	Pět jazyků lásky ve výchově dítěte Důležitost bezpodmínečné lásky ve výchově a jak ji skrze typologii Pěti jazyků lásky dát prožít svým dětem. Pořádá: Mgr. Martin Vlasák – OD5K10, z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–18:00	Španělsko – hory, města, kultura Pojďte poznat Španělsko od hor, přes kulturu, kuchyni i krásu měst. Pořádá: Mgr. Martin Duben	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
Čtvrtek 14. listopadu		
8:00–17:00	Burza knih a časopisů Prodej vyřazených knih a časopisů z fondu Městské knihovny v Rychnově nad Kněžnou. Pořádá: Městská knihovna Rychnov n. Kněž.	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou
8:30–9:30	Mushing, aneb nejenom jízda se psím spřežením Seznámení s mushingem, chovatelskou stanicí Czech snowflake a s fenkou sibiřského huskyho – Májou. Pořádá: Bc. Karolína Dvořáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:30–11:00	Vzdor a vztek u dětí do 6 let Rozdíl mezi dětským vztekem a vzdorem. Principy, jak dětem pomoci zvládat hněv a jak řešit dětský vzdor. Pořádá: Mgr. Martin Vlasák – OD5K10, z.s.	Centrum 5KA, Tylova 373, Rychnov nad Kněžnou – POZOR nová adresa!
9:30–11:00	Rozhýbejte svůj mozek a budete překvapeni, co vše dokážete Přijďte si rozhýbat svůj mozek zajímavými úkoly a naučit se jednoduché paměťové techniky. Pořádá: Ing. Petra Zimmerová – Vzdělávání s úsměvem	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
10:00–11:00	Novela Insolvenčního zákona Změny v Insolvenčním zákoně, které jsou v platnosti od 1. 6. 2019, jaké přílohy je třeba k návrhu doložit a jaké jsou dosavadní zkušenosti s novelou zákona v praxi. Pořádá: Občanská poradna Náchod	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516

12:00–13:30	Veřejné opatrovnickví – základní informace, kauzistiky Výkon veřejného opatrovnickví, kauzistiky – společně tvoření možností řešení. Otázky dodržování základních pravidel osobní svobody a práva na svobodné rozhodování. Pořádá: MÚ Rychnov nad Kněžnou, odbor sociálních věcí, Bc. Josef Šimerda	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
12:00–14:00	Orientální chuť a vůně perské kávy Naučte se připravovat pravou tureckou kávu s pražnou U MiMa. Příprava pravé perské kávy s kořením na pískovém vaříči dle etiopského rituálu vaření kávy. Pořádá: „Čerstvě pražená káva U MiMa“	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:00–15:30	Zdobení perníčků Ukázka zdobení perníčků. Přijďte si vyzkoušet. Hotová dílka si odnesete domů. Pořádá: Olga Pleslová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:30–16:30	Co je vlastně „škola hrou“ Je lepší děti učit doma, v alternativní škole nebo ve státní? Jak se děti nejefektivněji učí? Přijďte si poslechnout zkušenosti z praxe učitelky i matky dnes už dospělých dětí. Je cílem výuky množství informací a osvojených strategií a systémů nebo objevení sebe sama prostřednictvím vztahů s ostatními lidmi a vlastní integrace v přírodě? Pořádá: Mgr. Martina Černá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:30–18:00	Vědomé stravování aneb není to jen o jídle Poutavá přednáška o tom, jak lze změnit pomocí vědomého stravování svůj fyzický a psychický stav. Změna je možná, poďte jí naproti! Pořádá: Bc. Petra Mazánková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
Pátek 15. listopadu		
8:00–17:00	Burza knih a časopisů Prodej vyřazených knih a časopisů z fondu Městské knihovny v Rychnově nad Kněžnou. Pořádá: Městská knihovna Rychnov n. Kněž.	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou
17:00–19:00	Cesta po Vietnamu Vietnam od severu k jihu. Památky, příroda, kultura i historie. POZOR! Vstupné 50 Kč! Pořádá: Kultura Solnice – Václav Balous	Společenský dům Solnice

Kontaktní osoby

Mgr. Libuše Sychrová
e-mail: libuse.sychrova@uradprace.cz
telefon: 950 159 323

Eva Buňatová
e-mail: eva.bunatova@uradprace.cz
telefon: 950 159 431

Bc. Jana Jirsáková
e-mail: jana.jirsakova2@uradprace.cz
telefon: 950 159 322

Změna programu vyhrazena, aktuálně vždy na www.kr-kralovehradecky.cz



TÝDEN VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH



PROŽITKOVÉ SEMINÁŘE

DÍLNÝ OCHUTNÁVKY PROFESÍ

WORKSHOPY TVŮRČI

UKÁZKOVÉ HODINY

ÚČAST ZDARMA
11.–15. 11. 2019

PROGRAM RYCHNOV NAD KNĚŽNOU

více na web.uradprace.cz, www.tydenvzdelavani.cz, www.kr-kralovehradecky.cz



Program TVD pro Rychnov nad Kněžnou 11.–15. 11. 2019

Čas	Pondělí 11. listopadu	Místo konání
8:00–9:00	Představení projektů ÚP Aktivní v padesáti v KH kraji, Záruky pro mladé v KH kraji, Kudy kam II v KH kraji, Dovolte mi pracovat v KH kraji Pořádá: Úřad práce ČR – KoP Rychnov nad Kněžnou	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
8:00–15:00	ASPEKT z.s. – den otevřených dveří Přijďte se dozvědět více o našich službách a zažít si část služby Podporované zaměstnání nebo Kariérové poradenství přímo u nás. Pořádá: ASPEKT z.s.	ASPEKT z.s., Panská 1492, budova Společenského centra Rychnov n. Kněž., 2. p., č. 321
9:00–11:00	Jak být šťastný i v těžkých dobách Hledat štěstí a být spokojený, to není sobecké. Spokojení lidé jsou vnímavější, pozornější, jsou lepšími partnery, přáteli i zaměstnanci. Štěstí netkví v tom, co nám osud nadělí, ale v našem postoji k sobě samým a životním událostem. Pořádá: PhDr. Mgr. Milada Nádvorníková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:00–11:00	Káva, co má smysl Jak se díky kávě a domácím dortům mohou lidé s mentálním postižením nebo duševním onemocněním naučit pracovat. Pořádá: PFERDA z.ú.	Kavárna Láry Fáry, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou
9:00–11:00	První pomoc Záchranný integrovaný systém, resuscitace, úrazové a neúrazové stavy. Pořádá: Alena Dušková, DiS. – záchranář	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–15:00	Chystáte se do důchodu? Informace především o starobních a invalidních důchodech. Pořádá: OSSZ Rychnov nad Kněžnou	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
15:00–17:00	Domácí logopedie Procvičování mluvidel a komunikace od narození přirozeně a hravě. Předpoklady a podmínky pro správný vývoj řeči a komunikačních dovedností. Co může rodič udělat sám, na co zaměřit pozornost a o čem komunikovat s pedagogy MŠ a ZŠ. Pořádá: Mgr. Martina Černá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
16:00–18:00	Doteky naděje – pozvánka do tmy Povídání o životě zrakově postižených, seznámení se s kompenzačními pomůckami usnadňující jim zapojení do běžného života s možností jejich vyzkoušení. Ukázka práce vodícího psa. Pořádá: Doteky naděje, z.s., Renata Moravcová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
17:30–18:30	Jaké by bylo mít uvolněná záda? Hluboký bederní sval a tekutinové tělo, přednáška plus možnosti víkendových, i odpol. či dopol. kurzů. Přezůvky s sebou! Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech

	Úterý 12. listopadu	
7:30–16:00	SŠ PVC – Prohlídka prostor výuky, ukázky na strojích Prohlídka učeben a dílen při výuce. Proběhnou ukázky ve veškerých prostorách na produkční tiskárně, na 3D tiskárně, CNC... Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
8:30–10:00	Na problémy nejste sami! Ocitli jste se v obtížné životní situaci? Nevíte, na koho se obrátit? Bezplatně poradíme! (Oblast bydlení, prac. právní vztahy, ochrana spotřebitele, dluhy atd.) Pořádá: OD5K10, z.s. – Občanská poradna	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:00–11:00	Textilní dekorace Ukázka výrobku, zhotovení vlastní dekorace – jednoduché ruční šití. Pořádá: Dům dětí a mládeže, Dobruška	DDM Dobruška, Domašinská 363, Dobruška
9:00–16:00	Den otevřených dveří v Centru Orion Nahlédněte společně s klienty s handicapem do jejich světa, vyzkoušíte si terapie i pomůcky... Pořádá: Centrum Orion, z.s.	Centrum Orion, z.s., Dlouhá Ves 116, Rychnov nad Kněžnou
10:00–11:30	Studuj, cestuj, pracuj v EU Představení sítě EURES, jejímž posláním je usnadňovat mezinár. mobilitu prac.sil, Eurocentra v HK a také dobrovolnictví v rámci projektu Erasmus+. Pořádá: EURES ČR a Eurocentrum HK	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
11:00–12:00	Rozvoj osobnosti – Individuální koučink s cílovou skupinou nezaměstnaných Využití koučinku v přímé práci s nezaměstnaným. Aktivizace a hledání příležitostí v prostředí důvěry, vytváření pozitivního postoje k sobě i druhým. Pořádá: Zuzana Kschwendová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–14:00	Letem kávovým světem s pražírnou U MiMa Skuhrov nad Bělou Povídání o druzích kávy a jejich chutích v závislosti na nadmořské výšce. Ochutnávka kávy. Pořádá: „Čerstvě pražená káva U MiMa“	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
13:00–14:30	Kariérové poradenství a osobní rozvoj Poznejte sám sebe, své aktuální pracovní možnosti, formulujte reálné dlouhodobé cíle a podpořte jejich dosažení. Pořádá: Centrum andragogiky, s.r.o., Ing. Petra Michalíčková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–16:00	Jak připravit podnikatelský záměr? Jednoduše a rychle. Dozvíte se, jak rychle připravit podnikatelský záměr, který vám pomůže v začátcích podnikání. Pořádá: Technologické centrum HK	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:30–15:15	CAD v praxi Praktická ukázka CAD Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
14:30–15:30	Jaké by bylo mít uvolněná záda? Hluboký bederní sval a tekutinové tělo, přednáška plus možnosti víkendových, i odpol. či dopol. kurzů. Přezůvky s sebou! Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech

15:00–15:30	CNC s obsluhou Praktická ukázka CNC Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
15:15–16:00	CAM a jeho novinky Praktická ukázka CAM Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
16:00–17:00	Ukázka techniky Nordic Walking – severské chůze Technika, vybavení, zdravotní přínosy... Pořádá: Soňa Šmajzrová – Nordic Walking	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:30	Aktualizace myšlenkového softwaru aneb jak si pročistit hlavu Jednoduché, zábavné a názorné seznámení s metodami Acces Bars a Neurofeedback, které pomáhají překonat staré a nefunkční programy v hlavě. Pořádá: Centrum Orion, z.s.	Centrum Orion, z.s., Dlouhá Ves 116, Rychnov nad Kněžnou
16:00–17:30	Ženský kruh s úplňkovou meditací Ondesete si tipy vhodné pro každou ženu, workshopem provází Moon Mother certifikovaná M.Gray. Přezůvky s sebou! Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech
16:00–18:00	E-mail marketing Jak to udělat, aby příjemce Váš e-mail zaujal a otevřel ho? Jak psát e-maily pro lidi a ne pro spam? Pořádá: Mgr. Hana Martinková, OA a SOŠ cestovního ruchu Choceň	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
16:30–18:00	Hravě o dětské stravě Workshop pro rodiče a děti ve věku 5–10 let. Omezený počet míst – rezervace SMS na tel. 603 181 090. Pořádá: Hubni s jídlem, Zdraví do škol	Výživová poradna Hubni s jídlem, Svatohavelská 266 (za kostelem), Rychnov n. Kněžnou
18:00–20:00	OM Chanting Praxe harmonizační techniky, při které se mírotvorné vibrace zvuku OM šíří až do okruhu 2 km. Přezůvky s sebou! Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech
Středa 13. listopadu		
8:30–9:30	Astrologie v praxi Co může prozradit osobní horoskop? Jak vypadá výklad horoskopu v praxi a co ve hvězdách nenajdete? Pořádá: Martina Pšeničková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:00–10:30	Hravě o dětské stravě Workshop pro rodiče a děti ve věku 5-10 let. Omezený počet míst – rezervace SMS na tel. 603 181 090. Pořádá: Hubni s jídlem, Zdraví do škol	Výživová poradna Hubni s jídlem, Svatohavelská 266 (za kostelem), Rychnov n. Kněžnou
9:00–11:00	Přání a dekorace nejen svatební Ukázka vlastní výroby, použití embosovací pistole. Pořádá: Dům dětí a mládeže, Dobruška	DDM Dobruška, Domašinská 363, Dobruška
9:00–11:00	Zažij si nošení dětí Prezentace nošení dětí v šátku a nosítku, pro maminky ale i ostatní, kdo chtějí vyzkoušet. Pořádá: Zažij si to, z.s. – Pavlína Janoušková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:30–11:00	Podpora kojení Posezení s laktací poradkyní na téma kojení a péče o novorozence. Pořádá: MAMILA, o.z. – Bc. Lucie Sychrová	BESEDA BIO – zadní salonek, Staré náměstí 27, Rychnov nad Kněžnou