

TÝDEN VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH



PROŽITKOVÉ SEMINÁŘE
WORKSHOPY
TVŮRČÍ
DÍLNY
OCHUTNÁVKY PROFESÍ

UKÁZKOVÉ HODINY
ÚČAST ZDARMA
12.-16.11.2018

RYCHNOV NAD KNĚŽNOU

Čas	Pondělí 12. 11. 2018	Místo konání
8:30–10:30	Káva – pražíme si sami Jaký je rozdíl mezi arabikou a robustou? Od rostliny po espresso. Kávové nápoje. Chutnové rozdíly jednotlivých káv. Způsob vaření kávy. Malá ochutnávka. Pořádá: „Čerstvě pražená káva u MiMa“	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:00–10:30	Zelené potraviny Co jsou a jak nám vrátily zdraví zelené potraviny? Přijďte ochutnat ty nejpřírodnější potraviny z jídelníčku naší rodiny Pořádá: Mgr. Lucie Martáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
10:30–12:00	Využijte svého práva na preventivní prohlídky – karcinom prsu Víte vše o svých prsou? Umíte jejich samovyšetření? Přijďte si popovídat a získat nové vědomosti na naší přednášce! Pořádá: Mamma HELP, z.s. centrum HK	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
11:00–12:00	Astrologie – cesta k sebezpoznaní Víte, co se o sobě můžete dozvědět z osobního horoskopu a jak si ho sami sestavit? Pořádá: Martina Pšeničková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
12:30–14:00	Náhradní rodinná péče v praxi Jaké by to bylo, kdyby k vám přišlo dítě, které se vám nenarodilo? Proč je dobré mít náhradní mámu a tátu? Pořádá: Diamant, podporujeme náhradní rodiny srdcem, z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
13:00–14:00	Veřejné opatrovnictví Podpůrná opatření při narušení schopnosti zletilého právně jednat. Zákonné zastoupení a opatrovnictví. Kazuistiky a příklady dobré praxe. Pořádá: Josef Šimerda	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–15:30	Labýrint systému sociálního zabezpečení Víte, kde hledat pomoc při sociální události? Kdy Vám pomůže OSSZ, kdy Kontaktní pracoviště Úřadu práce ČR, nebo sociální odbor obce? Pořádá: OA a SOŠ cestovního ruchu Choceň, Mgr. Martínková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
15:00–16:30	Rozvod – mýty a fakta Mýty okolo rozvodu, informace o typech rozvodu a co rozvod obnáší. Vše o výživném na děti, péči o dítě, majetkovém vyrovnání, dluzích v manželství a o potřebě mít či nemít při rozvodu advokáta. Pořádá: Občanská poradna Náchod	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:30	Domácí logopedie aneb přirozená podpora vývoje řeči Základní komunikační principy a prvky komunikace, na co se zaměřit, čeho se vyvarovat, jak děti motivovat, hravé nápady pro každý den na společné povídání. Pořádá: Mgr. Martina Černá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
Čas	Úterý 13. 11. 2018	Místo konání
7:30–16:00	Prohlídka areálu školy a dílen při výuce, ukázky na produkční tiskárně, na 3D tiskárně, CNC... CNC s obsluhou (15:00–15:30) CAD v praxi (14:30–15:15) CAM a jeho novinky (15:15–16:00) Pořádá: SŠ – Podorlické vzdělávací centrum, Dobruška	Podorlické vzdělávací centrum, Pulická 695, Dobruška
8:00–9:30	Činnost probační a mediační služby, alternativní tresty v českém trestním právu Jak funguje PMS, využívání alternativních trestů i odklonů v trestním řízení. Nezapomínejme na oběti trestné činnosti. Pořádá: Probační a mediační služba ČR	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:00–10:30	Nošení dětí v šátku a nosítku Nošení dětí jako část zážitkového víkendů pro budoucí rodiče. Pořádá: Zažij si to, z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:00–11:00	Textilní dekorace Ukázka a výroba vlastní dekorace (jehelnicek, polštář), pouze ruční šití. Přílišný předem z důvodu přípravy materiálu na: dumdeti@dka.cz. Pořádá: Dům dětí a mládeže, Dobruška	DDM Dobruška, Domašinská 363
9:30–11:00	Studuj, cestuj, pracuj v EU Chystáte se do EU pracovat, studovat, jako au-pair či dobrovolník, nebo na brigádu? Poradíme vám, jak na to. Pořádá: EURES a Eurocentrum Hradec Králové	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
11:00–12:00	Studium v Rusku Dva roky studia na střední ve velké zemi velkých rozdílů. Pořádá: Jiří Hlaváček	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
11:00–12:00	Síťový marketing – šance na lepší život Síťový marketing jako beznákladové podnikání pro člověka, který se nebojí práce a chce šanci žít své sny. Pořádá: Mgr. Lucie Martáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
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. P. Michalčíková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
13:00–14:30	Trénink paměti S pamětí jste na tom lépe, než si myslíte. Jen vědět, jak na to...a to vám ukážeme. Pořádá: Mgr. Alena Naimanová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:30–15:30	Aupair USA Chcete se učit, rozvíjet se a poznat USA? Přijďte! Dozvíte se, jaké benefity vám přinese, když se stanete aupair u společnosti Cultural Care, jako je studium na místní univerzitě, placená dovolená, cestovní příležitosti atd. Pořádá: Cultural Care Aupair	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:30–16:00	Arteterapie a sebezrovoj Přijďte zjistit, co je arteterapie, jaké má prostředky, jak pracuje a přijďte si ji vyzkoušet... dozvíte se něco nového – pokud budete chtít! Pořádá: Arteterapie s Dášou	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516

16:00–17:00	Proč a jak dělat Nordic Walking? Kdo chce – nikoliv psa bít, ale dobře vypadat, používá správně hůlky. Odložte předsudky, že jsou hůlky jen pro důchodce! Pořádá: Soňa Šmajzrová Nordic Walking	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:30	Děti do 6 let a média Jaký vliv má na malé děti televize, pohádky z youtube, nebo hry na smartphonech a tabletech? Co o problematice říkají dětské psychologové? Jaká praktická doporučení můžeme jako rodiče zavést? Pořádá: OD5K10, z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
16:30–18:30	Váš život záleží na naladění mozku Jak snadno, rychle a zdravě ovládat fungování hlavy, jak si zkrátit cestu (vedení) ke spokojenosti a vyrovnanosti. Pořádá: Centrum Orion, s.z.	Centrum Orion, s.z., Dlouhá Ves 116, 2. patro, Rychnov nad Kněžnou

Čas	Středa 14. 11. 2018	Místo konání
8:00–9:30	Zažij si to! Učení se formou zážitkové pedagogiky. Pořádá: Zažij si to, z.s., Barbora Horáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
8:00–17:00	Burza knih a časopisů Burza vyřazených knih a časopisů z fondu Městské knihovny. Pořádá: Městská knihovna Rychnov nad Kněžnou	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou
9:00–10:00	Zkušenosti z kontrol zaměřených na nelegální zaměstnávání Co je nelegální zaměstnávání? Nejčastěji zjišťovaná porušení zákona při kontrolách, sankce za nelegální zaměstnávání. Pořádá: Oblastní inspektorát práce pro Královéhradecký kraj a Pardubický kraj se sídlem v Hradci Králové	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:00–10:00	Jídlo a směny Jak na to, abychom nebyli při směnném provozu unavení, udrželi si svoji hmotnost, nebo zhubli. Pořádá: Hubní s jídelnem – Bc. A. Horáková	Hubní s jídelnem – výživová poradna, Školní nám. 34, Rychnov nad Kněžnou
9:00–11:00	Předvánoční tvoření z papíru Ukázka vánočních dekorací z papíru a balení dárků, výroba vlastní papírové ozdoby a přání. Přílišný předem: dumdeti@dka.cz. Pořádá: Dům dětí a mládeže, Dobruška	DDM Dobruška, Domašinská 363
9:00–15:00	Den otevřených dveří Možnost prohlídky prostor a učebe, představení činnosti organizace. Pořádá: Školské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Královéhradeckého kraje, Pracoviště Rychnov nad Kněžnou	Školské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Královéhradeckého kraje, Javornická 1501, Rychnov nad Kněžnou
9:30–11:00	Jak připravit podnikatelský záměr? Jednoduše a rychle. Podnikatelský záměr Vám pomůže v začátcích podnikání. Pořádá: Technologické centrum HK	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
10:00–12:00	Životopis a motivační dopis nejsou jen nutným zlem! Jak se dobře připravit na profesní změnu, zaujmout zaměstnavatele a vtisknout do životopisu svou osobitost. Pořádá: Zuzana Kschwendová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
11:00–12:30	Nové trendy v sociální rehabilitaci – Recovery a Peer Představení nových postupů a metod v práci s lidmi s duševním onemocněním, osobní příběh. Pořádá: Péče o duševní zdraví z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–14:00	Slevy, akce, letáky Slevy a akce nejsou vždy tak výhodné, jak vypadají. Jaké triky na nás prodejci pravidelně používají a jak se jim bránit? Pořádá: Sdružení obrany spotřebitelů Asociace	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–15:00	Pouze zdravé dítě může být zdravý dospělý Představení projektů spolku Zdraví do škol. Zásady zdravého životního stylu dětí nejen v MŠ a ZŠ. Pořádá: Hubní s jídelnem – Bc. A. Horáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
15:00–17:00	Léčivé bylinky, jejich využití a možnosti zpracování Soňa Mrštná Pořádá: Sdružení SPLAV, z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
15:00–17:30	Kvasový chléb a vše kolem Upečeme kvasový chléb. Dozvíte se, jak udržovat kvas od pečeni k pečení, aby nebyl moc nebo málo kyselý. Pořádá: Zažij si to, z.s., Markéta Kulhavá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:00	Meditace Soul Sync Velmi silná meditace, kterou posílíte pozitivní záměry a vědomí jednoty ve vašem životě. Přezůvky s sebou. Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, 2. patro, Rychnov nad Kněžnou
16:00–17:30	Jak nastavit hranice a neříkat NE Mgr. Martina Černá Pořádá: Sdružení SPLAV, z.s.	Pelcovo divadlo, malý sál, 1. patro, Rychnov nad Kněžnou
17:30–18:30	Jídlo a směny Jak na to, abychom nebyli při směnném provozu unavení, udrželi si svoji hmotnost, nebo zhubli. Pořádá: Hubní s jídelnem – Bc. A. Horáková	Hubní s jídelnem – výživová poradna, Školní nám. 34, Rychnov nad Kněžnou
17:30–19:30	OM Chanting Prastará harmonizační technika pro lidi i pro celou planetu. Přezůvky s sebou. Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, 2. patro, Rychnov nad Kněžnou
18:00–19:30	Gruzie na kolech – Radomír Čížek Cestovatelská beseda, na kole po horách a zapadlých koutech Gruzie. Pořádá: Městská knihovna Rychnov nad Kněžnou	Pelcovo divadlo, malý sál, 1. patro, Rychnov nad Kněžnou

Čas	Čtvrtek 15. 11. 2018	Místo konání
8:00–17:00	Burza knih a časopisů Burza vyřazených knih a časopisů z fondu Městské knihovny. Pořádá: Městská knihovna Rychnov n. Kněžnou	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou
8:30–10:00	Finanční gramotnost – „víš, za co utracíš?“ Rodinný rozpočet, proč šetřit a kde můžeme šetřit. Lepší je si nepůjčit, ale proč? Ochrana spotřebitele, reklamace. Pořádá: OD5K10, z.s. – Občanská poradna	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:00–11:00	Vánočka vonící Vánocemi, původní české křupavé housky/rohlíky Příprava kynutých těst a jejich podstata, rizika. Pořádá: Zažij si to, z.s., Markéta Kulhavá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
10:00–11:30	Přijímací pohovor hrou Jak se připravit, aby přijímací pohovor byl hrou, ne stresem? Jak co nejlépe uplatnit své schopnosti, dovednosti, praxi. Konkrétní rady a příklady. Pořádá: Centrum andragogiky, s.r.o. Mgr. Jana Flechtnerová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
12:00–13:00	Seznamte se s osobami se sluchovým postižením Workshop na téma komunikace s osobami se sluchovým postižením a seznámení s kulturou neslyšících. Pořádá: Tichý svět, o.p.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–15:00	Káva – pražíme si sami Jaký je rozdíl mezi arabikou a robustou? Cesta od rostliny po espresso. Kávové nápoje. Chutnové rozdíly jednotlivých káv. Způsob vaření kávy. Malá ochutnávka. Pořádá: „Čerstvě pražená káva u MiMa“	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–15:00	Jak být šťastná ve své kůži? Síla mého ženského těla a rodu. Propojení ženské krásy – těla i duše. Rodová linie žen, nalezení vlastní síly přes svůj rod. Meditace. Pořádá: Studio regenerace – J. Valcová a L. Pospíšilová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
15:00–17:00	Tanzanie – poslední skutečný ráj Budeme putovat po největší nezatopené kaldeji na světě – Noemově arše zvířat – kráteru Ngorongoro, uvidíme slony v prosulém parku Tarangire, v Serengeti budeme s gepardy v autě pozorovat největší migraci zvířat na světě, cestou na ostrov koření Zanzibar se ve stínu Kilimandžára potkáme s majestátními žirafami. Pořádá: Mgr. Martin Duben	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
16:00–17:30	Žena a její role Žena má vždy několik rolí najednou. Co od dané role očekává okolí, co chcete Vy sama? Pořádá: Centrum Orion, s.z. – Taťána Brodská	Centrum Orion, s.z., Dlouhá Ves 116, 2. patro, Rychnov nad Kněžnou
16:00–17:30	Hravé psaní a malování – přirozeně správně. Kdy, za jakých podmínek a čím kreslit, aby děti správně držely tužku a malovaly a psaly s radostí. Hravá cvičení pro každý den. Pořádá: Mgr. Martina Černá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
17:00–19:00	Jak mluvit s dětmi o rizicích on-line světa Bc. Vít Pospíšil Pořádá: Sdružení SPLAV, z.s.	ZŠ Mozaika o.p.s., U Stadionu 1166, Rychnov nad Kněžnou
17:30–19:30	Biologie a bohně menstruačního cyklu Souvislosti mezi tělem a duší. Archetypy, které provází každou ženu bez ohledu na věk. Přezůvky s sebou. Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, 2. patro, Rychnov nad Kněžnou
Čas	Pátek 16. 11. 2018	Místo konání
8:00–17:00	Burza knih a časopisů Burza vyřazených knih a časopisů z fondu Městské knihovny. Pořádá: Městská knihovna Rychnov nad Kněžnou	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou

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

více na www.uradprace.cz, www.tydneyvzdelavani.cz, www.kr-kralovehradecky.cz

