

B | R | N | O | Město Brno, Kancelář Brno - Zdravé město







Brněnské dny pro zdraví

25.9.-4.10.
2009

Program akcí

15. ROČNÍK



-  **25. 9.** **Kurzy snižování nadváhy pro děti od 8 do 14 let** 8.00–16.00
–
4. 10. Liga proti rakovině Brno
Poradna pro zdravou výživu a odvykání kouření, Masarykův onkologický ústav, Brno, Žlutý kopec 7
Každodenní konzultace, přihlášky do kurzů
-  **25. 9.** **Paměť nejsou žádné čáry** 9.00
KJM Brno
KJM Brno, Koblížná 4
Osvětová přednáška trenérky paměti Zdeňky Adlerové
-  **25. 9.** **Žijeme bez bariér** 10.00–18.00
ParaCENTRUM Fenix
Moravské náměstí
Vyzkoušejte si s námi jízdu na handbiku!
-  **25. 9.** **Stežka v tropech** 15.00–18.00
SVC-Lužánky
SVC-Lužánky, Brno, Lidická 50
Soutěž pro děti o pěstování pokojových květin



Brněnské dny pro zdraví 15. ročník

- 25. 9. Zdravotnická péče v pohodlí domova** 15.00–18.00
Diecézní charita Brno - Oblastní charita Brno
Charitní ošetrovatelská služba, Žižkova 3, Brno
Prezentace charitní ošetrovatelské služby
- 25. 9. Rozmarný kolomaznický pochod** START 15.30–16.30
KČT Kudrna
Start: zastávka MHD ZOO, Brno-Bystrc
12 km procházka Údolím oddechu do Jundrova a na Špilberk
- 26. 9. Solná jeskyňka pro všechny** 26.–27. 9. 8.00–19.00
27. 9. FILIA KLUB s.r.o. 29.–30. 9. 12.00–19.00
29. 9. FILIA KLUB s.r.o., Brno-Lesná, Halasovo nám. 7
30. 9. Relaxace pro všechny. Rezervace nutná: 545 22 34 31
- 26. 9. Prohlídka včelařského skanzenu** SRAZ 8.25
Vlastivědný klub Petra Bezruče ODJEZD 8.39
Sraz ve vestibulu ČD hl.n. Brno, odjezd z ČD do Tetčic
Podzemní procházka nenáročným terénem 9/11/15 km
- 26. 9. Nejúčinnější program bezpečného hubnutí** 10.00–18.00
Kompliment, Institut redukce a prevence nadváhy
Kompliment, Havlíčkova 67, Brno Masarykova čtvrt',
Měření tělesných parametrů přístrojem In Body
- 27. 9. Veřejný turistický závod** 9.30
JmO KČT, TOM 432 Horolezčata
Start: Brno-Kamenný vrch, zastávka MHD Koniklecová
Turistický závod (2–6 km) se soutěžemi pro všechny
- 26. 9. Cvičení jógy pro začátečníky** 11.00–12.30
3. 10. Jóga v denním životě Brno, o.s.
Jóga v denním životě, Dominikánské nám. 6/7
Jógové pozice pro začátečníky, jóga proti bolestem zad
- 27. 9. Šikuláda** 13.00–16.00
Mateřské centrum Kuřátka
Park Koliště 2, pod Janáčkovým divadlem, Brno
Soutěže, hry a kulturní program pro děti od 1 do 12 let
- 27. 9. Dotkni se nebe, dotkni se sebe** 13.00–17.00
Lanové centrum PROUD Brno
areál Lanového centra PROUD, Brno Lesná, Milénova 13
Ochutnávka programů v Lanovém centru PROUD Brno
- 28. 9. Tai chi** 28. 9. 17.30–19.00
30. 9. Sdružení taoistického Tai chi v ČR 30. 9. 16.00–17.00
1. 10. 28. 9. KVIC Pálavské nám., Brno Vinohrady 1. 10. 17.00–18.30
30. 9. Park Lužánky, Brno, Lidická
1. 10. Sokolovna Bílá růže, Brno-Komárov
Ukázka základní sestavy taoistického tai chi



- | | | |
|--|---|---|
|  | 29. 9. 1. 10. Fér a Bio snídaně
Společnost pro Fair Trade, o.s.
Centrum NaZemi, Brno, Pekařská 16
Výstava o Bio a Fairtrade kávě, ochutnávka, hry | 8.00–14.00 |
|  | 29. 9. Kouzla s pamětí
ŽVS Vesna, o.s.
ŽVS Vesna, o.s., Zahradní sál, Brno, Údolní 10
Trénink paměti pro všechny generace | 9.00–10.00
10.15–11.15
15.00–16.00
16.15–17.15 |
|  | 29. 9. Happening nevidomých v Přírodní zahradě u smrku
Smrk, o. s., TyfloCentrum Brno
Přírodní zahrada u smrku, Ramešova, Královo Pole
Rozvoj vnímání, tvořivosti a komunikace | 13.30–17.00 |
|  | 29. 9. Mámo, táto, cvič se mnou!
Sokolská župa Jana Máchala Brno
tělocvična TJ Sokola Brno, Kounicova 20/22
Moderní i tradiční cvičení rodičů s dětmi | 16.00–17.00 |
|  | 29. 9. Cvičí celá rodina!
Sokolská župa Jana Máchala Brno
hřiště a tělocvična TJ Sokola Brno, Žabovřesky, J. Nečase 1
Moderní i tradiční cvičení rodičů s dětmi | 16.00–17.00 |
|  | 29. 9. Mýty a pravdy o výživě
Liga proti rakovině Brno
4. p. MOU, Švejdův pavilón, Brno, Žlutý kopec 7
Přednáška a diskuse o nových trendech zdravého stravování | 16.30 |
|  | 29. 9. Jak se vyznat v éčkách
KJM Brno
pobočka KJM, Brno Starý Lískovec, Kurská 1
Přednáška H. Továřkové, lektorky EkoCentra Brno | 17.00 |
|  | 29. 9. Přednáška o Nordic Walkingu
chodec.com
sál divadla BuranTeatr KNIHY DOBROVSKÝ, Joštova 6
Přiblížení sportu, ukázka techniky a vhodných holí. | 18.30–19.30 |
|  | 30. 9. Mikulčické hradíště
Vlastivědný klub Petra Bezruče
sraz ve vestibulu ČD hl.n. Brno, odjezd do Mikulčic
Podzemní vycházka k národní kulturní památce | SRAZ 7.05
ODJEZD 7.22 |
|  | 30. 9. Zdraví – nejdůležitější hodnota
Střední škola informatiky a spojů
SŠ informatiky a spojů, Brno Komín, Čichnova 23
Zdravý životní styl pro žáky středních škol | 8.00–12.00
17.00–20.00 |





Brněnské dny pro zdraví 15. ročník

- | | | |
|----------------------------|---|----------------------------|
| 30. 9. | Maratón 2009
ZŠ a MŠ Kotlářská Brno
park Lužánky, Brno, Lidická
Stafetový závod pro děti 1. stupně ZŠ | 9.00–13.00 |
| 30. 9. | Fórum pro zdraví
Státní zdravotní ústav
IBC Brno, Příkop 4
Poradenství a služby pro zdravý životní styl | 9.00–16.00 |
| 30. 9. | Ke studánkám v Pozořickém polesí
Klub turistů a lyžařů
z IDS č. 701, Brno, Úzká do Pozořic/Jezera
10 km vycházka z Jezer přes Žalmanovu studánku do Hostěnic | 9.30 |
| 30. 9. | Den otevřených dveří v Mamma Help centru
Mamma Help, sdružení pacientek s nádorovým onemocněním prsu
Nerudova7, 4. patro, Brno
Konzultace možností prevence rakoviny prsu, stěh a děložního čípku | 10.00–17.00 |
| 30. 9. | S pohádkou za zdravím
Mateřské centrum Kuřátka
Mateřské centrum Kuřátka, Poštovská 1, Brno
Beseda s dětskou lékařkou, soutěže a hry pro děti | 10.00 |
| 30. 9.
1. 10.
2. 10. | Chůze s hůlkami je radost!
Severská chůze a SVC Lužánky
park Lužánky U kašny, Brno, Lidická
Ukázky správné techniky. Zapůjčení hůlek! | 10.00–12.00
16.00–18.00 |
| 30. 9. | Dítě a počítač? - Jak na to.
A kluby České republiky o.p.s.
A kluby ČR o.p.s., Brno, Křenová 62a
Beseda pro rodiče dětí „závislých“ na počítači | 15.00–16.30 |
| 30. 9. | Beseda o kondiční přípravě a sportovní výživě
Agentura Walter
KJM Brno, Kobližná 4
5. díl z cyklu besed se známými sportovními osobnostmi | 14.00 |
| 30. 9. | V padesáti život nekončí...
Ženy50, o.s.
Ženy50, o.s., Brno, Anenská 10
Beseda životní styl žen 50+ (začátky vždy v celou hodinu) | 15.00–19.00 |
| 30. 9. | Laryngitida a malé dítě
MC Sedmikráska Brno o.s.
Víceúčelový sál mateřského centra, Brno, Oblá 51
Přenáška MUDr. Evy Bartovičové. Hlídnání dětí zajištěno. | 15.00–15.30 |



- | | | | |
|--|--------------------------------|---|--|
|  | 30. 9. | Soutěž ve volném lezení na lískoveckém balvanu
TOM Horolezčata, Komise pro kulturu Brno-Nový Lískovec
areál Plachty, Brno-Nový Lískovec, MHD Kamenný vrch
Závody pro děti a mládež 11–16 let v kategoriích dle věku | 15.30 |
|  | 30. 9. | Homeopatie v péči o děti
MC Sedmikráska Brno o.s.
Víceúčelový sál mateřského centra, Brno, Oblá 51
Přenáška B. Humpolcové. Hlídkání dětí zajištěno. | 15.30 |
|  | 30. 9.
3. 10. | Inline bruslení 7–15 let
chodec.com
sraz na zastávce tramvaje „Komárov“ 9 a 12
Kurzy brzdění, zatáčení a bezpečného padání. Rezervace nutná: 777 64 64 35. | 30. 9. 16.00–17.00
3. 10. 14.00–15.00 |
|  | 30. 9.
3. 10. | Inline bruslení - dospělí
chodec.com
sraz na zastávce tramvaje „Komárov“ 9 a 12
Kurzy základních inline dovedností. Rezervace nutná: 777 64 64 35. | 30. 9. 17.00–18.00
3. 10. 15.00–16.00 |
|  | 30. 9. | Cvičení pilates pro všechny věkové kategorie
Střední škola informatiky a spořů
Malá posilovna SŠ, Brno-Komín, Čichnova 23
Rezervace nutná: 541 12 31 38 | 18.00–19.00 |
|  | 1. 10. | I vy můžete zachraňovat životy
Fakultní nemocnice Brno
Fakultní nemocnice Brno, Jihlavská 20, pavilon I 2
Prohlídka prostor, vyšetření krevní skupiny | 8.00–17.00 |
|  | 1. 10. | Hrajeme si a sportujeme pro zdraví
MŠ Šaumannova Brno
zahrada MŠ Šaumannova 20, Brno (v příp. špatného počasí budova MŠ)
Sport, hry a zábava pro děti předškolního věku | 10.00–11.30 |
|  | 1. 10.
2. 10. | Každý má právo žít bez násilí
Persefona o.s.
Persefona o.s., Brno, Jiráskova 8
Promítání filmu s následnou debatou na téma domácí násilí | 1. 10. 10.00–13.00
2. 10. 15.00–18.00 |
|  | 1. 10. | Úplně otevřené dveře v EkoCentru Brno
EkoCentrum Brno
EkoCentrum Brno, Ponávka 2
Inspirace pro zdravý životní styl | 10.00–17.00 |
|  | 1. 10. | Triková švihadla
Jihomoravská KASPV
ZŠ Merhautova, Brno
Triky se švihadly pro zlepšení kondice pro mládež, učitele i trenéry | 10.00–14.00 |



Brněnské dny pro zdraví 15. ročník

- 1. 10. Prevence pro zdraví seniorů** 14.00–16.00
Centrum pro rodinu a sociální péči Brno
Centrum pro rodinu a péči, Brno, Josefská 1
Trénink paměti, přednáška „Bezpečně doma i venku“
- 1. 10. Vím, co smím/chráním své zdraví** 14.00–18.00
Školní družina při ZŠ Sirotkova
ZŠ Sirotkova 36, Brno
Soutěžní odpoledne pro školáky, předškoláky a rodiče
- 1. 10. Co víme o znečištění prostředí v okolí?** 14.50–17.00
Klub turistů a lyžařů
Sraz na tramvajové zastávce Poříčí
Prohlídka Univ. kampusu, přednáška doc. Bláhy
- 1. 10. Co se děje v zahrádce** 15.30–18.30
Lipka – SEV Rozmarýnek, Brno-Jundrov
SEV Rozmarýnek, Rozmarýnova 6, Brno-Jundrov
Hry pro rodiče a děti do 8 let v přírodní zahradě
- 1. 10. Týká se to i Vás!** 16.30
Liga proti rakovině Brno
4. p. MOU, Švejdův pavilón, Brno, Žlutý kopec 7
Přednáška MUDr. Šachlové o nádorových rizicích a prevenci
- 1. 10. Vzdor dítěte versus „zdravá“ komunikace** 16.30–18.00
Montessori - vzdělávací rodinné centrum
Montessori Centrum, ZŠ Pastviny, Brno-Komín
Přednáška pro rodiče a pedagogy
- 1. 10. ANNA aneb Hlad těla a duše** 17.00
Občanské sdružení Anabell
KD Rubín, Brno-Žabovřesky
Beseda s odborníky o problematice poruch příjmu potravy
- 1. 10. Nordic Walking kurz** 1.–2. 10. 17.00–18.30
chodec.com
3. 10. 10.00–11.30
3. 10. lesopark Pisárky, sraz před muzeem Anthropos, Brno
Kurz se zapůjčením holí. Rezervace nutná: 777 64 64 35
- 1. 10. Od prevence k vakcínám proti rakovině** 17.30–18.30
Nadační fond Modrá kotva
4. p. MOU, Švejdův pavilón, Brno, Žlutý kopec 7
Přednáška prof. Michálka o protinádorových vakcínách
- 1. 10. Zdravé prostředí pro vývoj dítěte - věkově smíšené skupiny** 18.30–20.00
Montessori - vzdělávací rodinné centrum
Montessori Centrum, ZŠ Pastviny, Brno-Komín
Přednáška pro rodiče a pedagogy



- | | | |
|---|--|---|
| <p> 2. 10.</p> <p> 3. 10.</p> | <p>Biojarmark na Zelném trhu
 CSOP - Regionální sdružení Brno
 Brno, Zelný trh
 Přijďte si na Zelnák nakoupit to, co tam jindy nemají</p> | <p>2. 10. 8.00–17.00
 3. 10. 8.00–14.00</p> |
| <p> 2. 10.</p> | <p>Jak jste na tom se zdravím?
 IFMSA CZ
 Vestibul LF MU, Brno, Komenského nám. 2
 Vyšetření zdravotního stavu pro veřejnost</p> | <p>9.00–16.00</p> |
| <p> 2. 10.</p> | <p>Kojení - nejlepší, co můžu dítěti dát
 Family Point, Informační a poradenské středisko pro rodiny
 Josefská 1, Brno (v přízemí OD Klášter)
 Seminář s laktační poradkyní Bc. Z. Krivákovou. Děti s sebou.</p> | <p>9.30–11.30</p> |
| <p> 2. 10.</p> | <p>Nezapíjejte své problémy alkoholem!
 A kluby České republiky o.p.s.
 Brno, nám. Svobody
 Informační stánek o problémech alkoholismu</p> | <p>14.00</p> |
| <p> 2. 10.</p> | <p>Hrajeme si celá rodina na Stezce zdraví
 EkoCentrum Brno
 Brno-Mokrá Hora, ulice Pod zahradami
 Hravé soutěžní odpoledne pro rodiče s dětmi</p> | <p>16.00–18.00</p> |
| <p> 2. 10.</p> | <p>I když je nám trochu více, s chutí si zacvičíme
 SK ASPV STUDIO Hana a TJ Slovan Černá Pole Brno, o.s.
 ZŠ Herčíkova, Brno Královo Pole
 Cvičení rovnováhy a aquagymnastika pro seniory. Rezervace nutná: 603 55 39 97</p> | <p>16.00–18.00</p> |
| <p> 2. 10.</p> | <p>Posilovna pro všechny
 Centrum sportovních aktivity VÚT v Brně
 Fitcentrum Machina, VUT, Brno, Kolejní 2
 Korekce správné techniky cvičení v praxi</p> | <p>17.00–20.00</p> |
| <p> 3. 10.</p> | <p>Pochod všech generací - okolo Pekárny
 Kancelář Brno-Zdravé město, KČT 1. brněnská
 Líšeň - Mariánské údolí na konečné
 Pěší a cyklotrasy v délce 8–40 km</p> | <p>START 8.00–8.30 na trasu 35 km
 START 8.00–9.30 na ostatní trasy</p> |
| <p> 3. 10.</p> | <p>Hrátky na Airtraicku a Cyber válci
 Regionální centrum ASPV Brno-město
 Tělocvična pod Hradem, Brno, Údolní 3
 Pohybové hry na gymnastickém nafukovacím Airtraicku a Cyber válci</p> | <p>10.00</p> |
| <p> 3. 10.</p> | <p>Výlet s hůlkami
 Severská chůže a SVČ Lužánky
 Brno-Lesná, zastávka Haškova, cca 200 m od Billy
 Výlet s hůlkami, zapůjčení hůlek. Rezervace nutná: 776 75 08 14.</p> | <p>9.00–12.00</p> |



Brněnské dny pro zdraví 15. ročník

- 3. 10. Horolezectví zblízka** 9.00–12.00
Sokol Brno 1, Lezecké centrum RAJČE
Kounicova 22, hala Sokol Brno 1
Lezení na horolezecké stěně pro veřejnost
- 3. 10. Tyflo Brno 2009** 9.00–16.00
TyfloCentrum Brno, o.p.s.
MČ Brno-Sever
Soutěž v prostorové orientaci nevidomých
- 3. 10. Juniorská osmička aneb pohybem za relaxací a poznáním** 9.00–16.00
JUNIOR – Dům dětí a mládeže, Brno
start: pobočka Kamenáčky, Brno-Židenice (směr Bílá Hora) nebo pobočka Fantazie, Brno-Slatina (směr Stránská skála). Plnění úkolů pro všechny věkové kategorie.
- 3. 10. Cesty ke zdraví** 10.30–17.00
Občanské sdružení Smrk
Přírodní zahrada u smrku, Brno Královo Pole, Ramešova 10
Biojarmark, besedy o výživě
- 3. 10. Permakultura** 14.00–18.00
Lipka – SEV Rozmarýnek, Brno-Jundrov
SEV Rozmarýnek, Rozmarýnova 6, Brno-Jundrov
Přednáška o permakultuře
- 3. 10. Koulení kola - po stopách koláře Birka** 15.00
KČT KUDRNA
náměstí Svobody, Brno
Soutěž pro děti v koulení loukořových kol
- 4. 10. Kolem Brna s vysokohorskými turisty** START 6.30–9.30
KČT KTL, TOM Horolezčata CÍL: do 19.00
start: loděnice Káčata, Brno Komín, Svratecká, cíl: lom na pravém břehu
Pěší nebo cyklo 7,5 až 60 km, lezení na skálu
- 4. 10. Podzimní větrání plic** SRAZ 9.15
Vlastivědný klub Petra Bezruče ODJEZD 9.28
zastávka autobusu č. 70 z Králova Pole do Ořešína
Procházka k Jezírku a do Bílovice, 8 – 11 km
- 4. 10. Zdravá rodina IV - Sportujeme s pohádkou** 13.00–16.00
Vesněnka, o.p.s.
park hradu Špilberk, Brno, vstup z ulice Husova
Hry a soutěže pro děti



Kancelář Brno - Zdravé město

Magistrát města Brno, Malinovského nám. 3, 601 67 Brno

www.zdravemesto.brno.cz

© 2009 Kancelář Brno - Zdravé město

Změny v programu vyhrazeny.

