

Úřad MČ Praha 21, odbor školství, kultury a MA21 za finanční podpory Magistrátu hlavního města Prahy
a ve spolupráci s DDM Praha 10 – Dům UM a Raráškem z Újezda pořádají

TÝDEN ZDRAVÍ

4. 9. – 10. 9. 2016

PROGRAM:

Neděle 4. 9. 2016

14:00 – 16:00

Cyklovýlet ke koupališti do Klánovic a druhou stranou zpět, pro (pra)rodiče i s dětmi, délka cca 10 km, sraz u úřadu MČ Praha 21

18:00 – 20:00

Podvečerníček jižní části Újezda – komentovaná vycházka s výkladem o zajímavostech Újezda, sraz u Újezdského muzea

Pondělí 5. 9. 2016

17:00 – 18:00

KANGSIM DOJANG - exhibiční vystoupení Taekwondo spojené s nábořem, místo konání: multifunkční hřiště ulice Čentická

Úterý 6. 9. 2016

18:00 – 20:00

Osvětová přednáška na téma Osteoporóza, menopauza a hormonální léčba, přednášející: MUDr. Jaroslav Jeníček, CSc., místo konání: velká zasedací místnost úřadu MČ Praha 21

Středa 7. 9. 2016

9:00 – 10:30

Ukázka práce psovodů Městské policie a výcviku a výchovy psů, místo konání: multifunkční hřiště ulice Čentická

16:00 – 17:30

Přijďte si zahrát volejbal – SK JOKY – mini volejbal, trénink dětí a mládeže, místo konání: multifunkční hřiště ulice Čentická

18:00 – 20:00

SK JOKY – volejbalový zápas dospělých, místo konání: multifunkční hřiště ulice Čentická

19:00 – 21:00

Filmový klub – přijďte se podívat na dokumenty: Ropáci (1988), Nanuk – člověk primitivní (1922), místo konání: Aula 1. stupně Masarykovy ZŠ (vchod z ulice Čentická)

Čtvrtek 8. 9. 2016

8:30 – 12:00

Běh mezi školami – soutěž žáků Masarykovy ZŠ v běhu mezi školními budovami

15:00 – 18:00

Přijďte si zatančit s Danceportem – vyzkoušet si např. latinu nebo MTV style pod vedením

zkušených lektorů, místo konání: multifunkční hřiště ulice Čentická

16:00 – 18:00

Ukázková hodina Školního sportovního klubu – pojdte seznámit děti se základními atletickými disciplínami, místo konání: sportovní areál 2. stupně Masarykovy ZŠ

17:00 – 18:30

POHYBEM A DÝCHÁNÍM účinně proti stresu – trocha teorie a praktická nenáročná cvičení, přednášející: MUDr. Jarmila Winterová, místo konání: Újezdské muzeum

Pátek 9. 9. 2016

17:00 – 19:00

Pétanque – Přijďte si zahrát na přírodní pétanque hřiště!, místo konání: hřiště pétanque na stezce Lesní galerie v lesním průseku mezi ulicemi Staroklánovická a Polesná

Sobota 10. 9. 2016

Místo konání: multifunkční hřiště v ulici Čentická, v případě nepříznivého počasí se program přesouvá do Masarykovy ZŠ

Hlavní program:

12:00 – 12:10

Zahájení paní starostkou MČ Praha 21 Karlou Jakob Čechovou

12:15 – 12:45

Představení DDM Praha 10 a workshop hry na ukulele

13:00 – 13:20

Vystoupení nejmladších fotbalistů FK Újezd nad Lesy

13:30 – 13:45

Raráškovské písničky a tanečky

13:55 – 14:15

Danceport – ukázka latinskoamerických tanců/MTV style

14:30 – 15:15

DDM Praha 10 – hudební vystoupení skupiny Crazy Cool

15:25 – 15:45

Raráškovské písničky a tanečky

16:00 – 17:00

divadlo Harmonika – představení s názvem Kouzelný hrnek

Doprovodný program:

8:00 – 13:00

0. ročník turistického pochodu Za loupežníkem Drholcem – start: 2. stupeň Masarykovy ZŠ, v cíli soutěžní ochutnávka zeleninových salátů

15:00 – 17:30

Újezdské koloděnění

Mobilní dopravní hřiště Městské policie – jízda zručnosti

Skákací hrad, výtvarná dílna, sportovní soutěže – opičí dráha, malování na obličej

Osvětové akce:

12:00 – 17:00

STOB – stop obezitě – poradenství, interaktivní výstava (ne)zdravých potravin a vědomostní kvíz o drobné ceny, měření tuku

12:00 – 17:00

Měření krevního tlaku

12:00 – 17:00

Měření hustoty kostí – denzitometrie

– Květoslava Fričová

15:00 – 17:00

Vyšetření znamének (pigmentových skvrn)

– MUDr. Ivona Kosová

Občerstvení zajišťuje restaurace Stodola a vinotéka Blatov – Alexandra Procházková

Více informací na www.praha21.cz

Změna programu vyhrazena.

