

# Program Komunitního centra Archa

## KVĚTEN 2018

ÚTERÝ / 1.5. / 15:00-17:00

**Státní svátek**

Centrum je tento den zavřeno.

STŘEDA / 2.5. / 15,00-17,00

**KREATIVNÍ ODPOLEDNE S LENKOU**

**Malování triček I.**

**Téma: Den rodiny**

**Vstup: ZDARMA**

ČTVRTEK / 3.5. / 15,00-17,00

**CYKLUS CESTOPISNÝCH PŘEDNÁŠEK**

**BRAZÍLIE**

**Fotografie a postřehy z cest...**

**Přednáší: Ing. Martin DVORSKÝ**

**Vstup: ZDARMA**

PÁTEK / 4.5. / 10,00-13,00

**MASÁŽE - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, ceny individuální - pouze pro členy.**

**ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, karimatku a cvičební úbor s sebou.**

**Vstup: členové 50,-Kč  
nečlenové 80,-Kč**

PONDĚLÍ / 7.5. / 15,00-17,00

Centrum je tento den zavřeno.

ÚTERÝ / 8.5. / 15:00-17:00

**Státní svátek**

Centrum je tento den zavřeno.

STŘEDA / 9.5. / 14,00-17,00

**KLUB SENIORŮ RESIDOMO KARVINÁ**

**schůzka klubu**

**Vstup: Jen pro členy**

ČTVRTEK / 10.5. / 15,00-17,00

**KREATIVNÍ ODPOLEDNE S LENKOU**

**Malování triček II.**

**Téma: Den rodiny**

**Vstup: ZDARMA**

PÁTEK / 11.5. / 10,00-13,00

**MASÁŽE - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, ceny individuální - pouze pro členy.**

**ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, karimatku a cvičební úbor s sebou.**

**Vstup: členové 50,-Kč  
nečlenové 80,-Kč**

PONDĚLÍ / 14.5. / 15,00-17,00

**FILMOVÉ ODPOLEDNE**

**CHAPLIN /Drama/Životopisný/1992**

**USA, Japonsko, Francie, Itálie**

Ztvárnit osudy geniálního komika Charlieho Chaplina na filmovém plátně bylo pro slavného režiséra Richarda Attenborougha těžkým oříškem. 88 let života tuláka s buňkou poskytl nepřehledné množství materiálu, který by vystačil na dlouhý televizní seriál. Chudé dětství v londýnském East Endu,

první úspěchy v kabaretu, rychlá kariéra v němém filmu, život filmové superhvězdy. Ale také problémy s manželkami, mladými dívkami a se zákonem, neslavný odchod z Ameriky, evropský exil a opětovný triumfální návrat do Hollywoodu. I to patří k Chaplinovi. Stejně jako sešmažané boty, hůlka v ruce a nezbytná buňka na hlavě krále komiků, dodnes rozesmává jich milióny vděčných diváků

**Vstup: ZDARMA**

ÚTERÝ / 15.5. / 13,00-15,00

**SETKÁNÍ ČLENŮ SPOLKU 6KA**

Pouze pro členy spolku

15:00-17:00

**KREATIVNÍ ODPOLEDNE S LENKOU**

**Malování triček III.**

**Téma: Den rodiny**

**Vstup: ZDARMA**

STŘEDA / 16.5. / 14,30-17,00

**Praktická energetická a relaxační cvičení**

Praktická cvičení pro rozvoj myšlení, paměti a koncentrace. Zábavnou formou si můžete vyzkoušet jak efektivně zpracovávat informace a posílit svou paměť.

**Přednášející: Mgr. Hana VLHOVÁ**

**Vstup: ZDARMA**

ČTVRTEK / 17.5. / 9,00-17,00

**Mezinárodní den rodiny**

**"Spolu a bezpečně ve zdraví i nemoci"**

Akce proběhne v prostorách KC LUČINA Havířov, Hlavní třída 387/45, Havířov-město.

Všichni jsou srdečně zváni, přijďte se podívat, pobavit, poučit...

**Centrum je tento den zavřeno.**

PÁTEK / 18.5. / 10,00-13,00

**MASÁŽE - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, ceny individuální - pouze pro členy.**

**ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, karimatku a cvičební úbor s sebou.**

**Vstup: členové 50,-Kč  
nečlenové 80,-Kč**

PONDĚLÍ / 21.5. / 15,00-17,00

**FILMOVÉ ODPOLEDNE**

**SESTŘIČKY / Komédie / Drama / CZ 1983**

O škole života, jeho strastech a krásách vypráví český psychologický snímek. Hlavní postavou je mladá začínající zdravotní sestřička Marie Sahulová, která je po malé v nemocnici - do internátu si přivedla tajně chlapce, přeložena do venkovského zdravotního střediska, kde společně se starým lékařem a svéráznou zdravotní sestrou musí v drsném prostředí zanedbaných vesnic padesátých let objíždět pětadvacet vesnic a řadu samot. Průvodkyní, která jí osobitým způsobem zasvěcuje do praxe i úskalí soukromého života, se stává zdravotní sestra, moudrá a zkušená žena, které nikdo neřekne jinak než babi. V mozaice každodenních starostí a více či méně vážných lékařských zákroků Marie dozrává a nachází smysl své práce a života.

**Vstup: ZDARMA**

Založení Komunitního centra iniciovala a financovala společnost RESIDOMO, s.r.o.

**RESIDOMO**

ÚTERÝ / 22.5. / 15,00-17,00

**ZDRAVOTNÍ PŘEDNÁŠKA**

**Spánek, zásady spánkové hygieny.**

Jak dlouho jsme spali dříve a jak dlouho máme spát dnes? Fáze spánku, poruchy spánku a možnosti jejich eliminace, farmakologická léčba spánku - zásady a kdy?

**Přednáší: Mgr. Jaroslav VERLÍK**

**Vstup: ZDARMA**

STŘEDA / 23.5. / 14,00-17,00

**KLUB SENIORŮ RESIDOMO KARVINÁ**

**schůzka klubu**

**Vstup: Jen pro členy**

ČTVRTEK / 24.5. / 15,00-17,00

**KREATIVNÍ ODPOLEDNE S LENKOU**

**MANDALY Z ČAJOVÝCH SÁČKŮ II.**

Pojďme si společně vyzdobit naše centrum - mandaly jako obrazy. Pokračování v tom co jsme nestihli ...

**Vstup: ZDARMA**

PÁTEK / 25.5. / 10,00-13,00

**MASÁŽE - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, ceny individuální - pouze pro členy.**

**ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ - paní Jitka**

**Objednávky na recepci KC Archa, karimatku a cvičební úbor s sebou.**

**Vstup: členové 50,-Kč  
nečlenové 80,-Kč**

PONDĚLÍ / 28.5. / 15,00-17,00

**FILMOVÉ ODPOLEDNE**

**ŘIDIČ SLEČNY DAISY / Drama / Komédie / USA 1989**

Pro Daisy, bohatou a tvrdohlavou americkou židovku, která je už příliš stará na to, aby mohla řídit auto, najímá syn v padesátých letech 20. století, kdy se v ulicích i politice opět řeší rasové spory, černošského šoféra. Do rodiny přichází Hoke a musí si před Daisy, která předstírá, že ho nepotřebuje, svou pozici obhájit. Hoke nemůže pochopit její izolovanost od světa a neschopnost uchopit společenské změny. Ona zase nedokáže pochopit, proč jsou lidé jako Hoke neustále rozhořčení... Až ve chvíli, kdy jde slečna Daisy do domova důchodců a Hoke je už moc starý na to, aby ji vozil, si oba dva uvědomí, jak moc se měli rádi a jakými dobrými přáteli byli...

**Vstup: ZDARMA**

ÚTERÝ / 29.5. / 14,30-17,00

**Trénování paměti, pozornosti a orientace**

Praktická cvičení pro rozvoj myšlení, paměti a koncentrace. Zábavnou formou si můžete vyzkoušet jak efektivně zpracovávat informace a posílit svou paměť.

**Přednášející: Mgr. Hana VLHOVÁ**

**Vstup: ZDARMA**

STŘEDA / 30.5. / 14,00-17,00

**ZÁJMOVÝ KROUŽEK „ŠIPKY“**

**Přijďte si zahrát ...**

**Vstup: ZDARMA**

ČTVRTEK / 31.5. / 15,00-17,00

**KREATIVNÍ ODPOLEDNE S LENKOU**

**MANDALY Z ČAJOVÝCH SÁČKŮ III.**

Pojďme si společně vyzdobit naše centrum - mandaly jako obrazy. Pokračování v tom co jsme nestihli ...

**Vstup: ZDARMA**