

---

# PLÁN ČINNOSTI PARKINSON KLUBU BRNO (PKB)

---

## PRAVIDELNÉ AKCE

### **1. Setkání v klubovně**

Každou třetí středu v měsíci 14.00 - 17.00 hod. (vedle drogerie Jasmín)

BUDOVA Diecézní rady CČSH Česká 31, Brno

3. patro - výtahem, místnost SETKÁVÁNÍ, přístup zcela bezbariérový (na požádání)

### **2. Rehabilitační cvičení parkinsoniků**

#### **V tělocvičně**

Každý čtvrtek 16.00 - 17.00 hod.

Tělocvična Sokol Brno 2, v areálu centra Sport Balkán, Jugoslávská 5, 613 00, Brno

S sebou: přezůvky, pohodlné oblečení, karimatka, overbal

Přístup je bezbariérový,

- přímo u tramvajové zastávky č. 11, 3 a pár metrů dál 4, 5, 9

- bezproblémové parkování autem přímo u budovy - zdarma

- možnost osvěžení na baru

#### **Stolní tenis**

Každé úterý 9.00 - 11.30 hod. v klubovně Spartak Slatina, Tuřanka 1, Brno

SPOJENÍ:

trolejbus č. 31 od hlavního nádraží směr Šlapanice, vystoupit na zastávce Přemyslovo náměstí  
autobus č. 78 ze směru Stará Osada do Olympie, vystoupit na zastávce Přemyslovo náměstí  
ve Slatině.

KONTAKT: Janko Jačisko, Tel. +420 604 271 697

#### **Bowling**

Pondělí, vždy jednou za 14 dní, od 14.00 hod.:

14. 1., 28. 1., 11. 2., 25. 2., 11. 3., 25. 3., 8. 4., 6. 5., 20. 5., 3. 6.

17.6. - vyhodnocení 3. ročníku Klubové bowlingové ligy

Termíny do konce roku - 23.9., 21.10., 4.11., 18.11., 2.12., 16.12.

BOWLING DARTS RUBÍN, Makovského nám.1, Brno Žabovřesky (nad Billou)

KONTAKT: Libor Jaša, Tel: +420 608 113 922

### **3. Setkání členů a přátel PKB, spojené s odbornou lékařskou přednáškou** dle dohody s přednášejícím lékařem (listopad 2019)

### **4. Aktivizační pobyt pro osoby s parkinsonovým onemocněním a jejich doprovod**

13.10. - 18.10. 2019 - Tři studně, hotel Horník, ZPÍVÁNO DO DÁLKY

**5. Léčebný pobyt Lázně Hodonín 24.4. - 30.4. 2019**

Přihlášky na adrese: [vern.eva@seznam.cz](mailto:vern.eva@seznam.cz) do 28. 2. 2019

**6. Aktivizační pobyt pro osoby s parkinsonovým onemocněním a jejich doprovod:**

Tři studně, hotel Horník 13.10. - 18.10. 2019

Zájemci se mohou přihlásit on-line na adrese:

<http://www.filianek.cz/pobyty-pro-seniori> v sekci PŘEKÁŽKY NÁS NEZASTAVÍ

---

L E D E N

---

15. 1. 2019 (úterý, 9.00 hod.) zahájení tréninku stolního tenisu

10. 1. 2019 (čtvrtek, 16.00 hod.) zahájení cvičení v tělocvičně

14. 1. 2019 (pondělí, 14.00 hod) první trénink bowlingu

16. 1. 2019 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE

Program: seznámení se s plánem činnosti na 1. pololetí 2019, zážitky z Vánoc

---

Ú N O R

---

15. 2. 2019 (pátek, 14.00 hod.) **Poslední loď** - muzikál, veřejná generální zkouška

20. 2. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**

Program: výroční členská schůze PKB

- zpráva o činnosti v roce 2018

- zpráva o hospodaření v roce 2018

- ohlédnutí za rokem 2018 ve fotografii

Hostem bude Ing. Jana Benešová s Bastíkem, bude informovat o podzimním pobytu na Vysočině a opět provede ukázkou trénování paměti.

23. 2. 2019 (sobota, 10.00 hod.) **Kvetoucí orchideje – prohlídka skleníku a vycházka**, Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně, ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

---

B Ř E Z E N

---

20. 3. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE** (program se připravuje)

---

## D U B E N

---

6. 4. 2019 (sobota, 10.00 hod.) **Jaro v zahradě – prohlídka zahrady a vycházka,**  
Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,  
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

13. 4. 2019 (sobota, 14.00 hod.)  
**Společenské odpoledne na ŠELEPCE,** Šelepova 543/1, 60200 Brno (přístup bezbariérový)  
**u příležitosti SVĚTOVÉHO DNE PN a k poctě 21. výročí založení PKB**  
(podrobnosti viz. Pozvánka)

14. 4. 2019 (neděle, 10.00 hod.)  
**8. Výstup na hrad Špilberk** - doprovodný program ke Světovému dni PN

17. 4. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**  
(Program se připravuje)

24. 4. - 30. 4. 2019 Léčebný pobyt Lázně Hodonín

---

## K V Ě T E N

---

15. 5. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**  
(program se připravuje)

25. 5. 2019 **IRIS 2019** (sobota, 10.00 hod.) **expoze, prohlídka sbírky a vycházka**  
Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,  
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

---

## Č E R V E N

---

13. 6. 2019 (čtvrtek, 14.00 hod.) **Poslední cvičení v tělocvičně**

15. 6. 2019 (sobota, 11.00 hod.) **BUKOVINSKÝ POHÁR - 10. ročník**  
- sraz v 11.00 hod. v hospůdce Nad Rakovcem v Bukovince - oběd  
- odjezd z Brna společný v 10.15 hod. Stará osada (autobus č. 201 směr Křtiny)  
- soutěžní disciplíny: stolní tenis, hod na koš, šipky, Petangue aj.

Dobrotky si přivezeme.

17.6. 2019 - vyhodnocení **3. ročníku Klubové bowlingové ligy,** poslední trénink

19. 6. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE** - program se připravuje

25. 6. 2019 (úterý) **Ukončení tréninku stolního tenisu**

---

## PRÁZDNINOVÉ AKCE

---

2. 7. 2019 **Výlet do Rajhradu** - Památník písemnictví

2. - 4. 8. 2019 **Účast členů na 12. Parkinsoniádě v Polsku**

6. a 20. 8. 2019 **Trénink stolního tenisu**

17. 8. 2019 **Výlet do Kyjova** - festival Slovácký rok v Kyjově

---

## Z Á Ř Í

---

10. 9. 2019 (úterý, 9.00 hod.) **Zahájení tréninku stolního tenisu**

18. 9. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**  
Program: Vzpomínky z prázdnin a Dne parkinsoniků 2019

19. 9. 2019 (čtvrtek, 16.00 - 17.00 hod.) **Zahájení rehabilitačního cvičení v tělocvičně**

21. 9. (sobota, 11.00 hod.) **BUKOVINSKÝ POHÁR** - 10. ročník  
- sraz v 11.00 hod. v hospůdce Nad Rakovcem v Bukovince - oběd  
- odjezd z Brna společný v 10.15 hod. Stará osada (autobus č. 201 směr Křtiny)  
- soutěžní disciplíny: stolní tenis, hod na koš, šipky, Petangue aj.  
Dobrotky si přivezeme.

23. 9. 2019 (pondělí, 14.00 hod.) **Zahájení tréninku v bowlingu**  
Další termíny: 21.10., 4.11., 18.11., 2.12., 16.12.

25. 9. 2019 (středa 9.30 hod.) **Termální bazén Mušov**  
- odjezd od Janáčkova divadla v 8.30 hod. (nutno se přihlásit!!)

---

## Ř Í J E N

---

5.10. 2019 (sobota, 10.00 hod.) **Výstava Barvy podzimu**, expozice, procházka zahradou  
Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,  
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9 a 11

13. - 18. 10. 2019 **Aktivizační pobyt Tři studně**, hotel Horník, ZPÍVÁNO DO DÁLKY

17. 10. 2019 (čtvrtek, 16.00 hod.) **Cvičení v tělocvičně se NEKONÁ!**

18. 10. 2019 (pátek 14.00 hod.) **Generální zkouška** v Městském divadle Brno  
muzikál **MAMMA MIA**

23. 10. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**  
(výjimečně posunuto z důvodu Aktivizačního pobytu)  
Program: Vzpomínky na 12. Parkinsoniádu v Polsku a pobyt na Vysočině

---

## L I S T O P A D

---

13. 11. 2019 (středa, 14.00 hod.)  
**Lékařská přednáška** doc. Marek BALÁŽ: „Denní režim parkinsonika“

Tř. Kpt. Jaroše 1922/3, Brno, Židovská obec, zvonit na zvonek Recepce

20. 11. 2019 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**  
Program: Cvičení jemné motoriky

---

## P R O S I N E C

---

10. 12. 2019 (úterý, 9.00 hod.) **Poslední trénink stolního tenisu v roce 2019**  
12. 12. 2019 (čtvrtek, 15.30 hod.) **Ukončení cvičení v tělocvičně v roce 2019**  
16. 12. 2019 (pondělí) **Poslední trénink bowlingu**  
18. 12. 2019 (středa, 14.00 hod.) **ADVENTNÍ SETKANÍ** - loučení s rokem 2019  
Program připravujeme.

**Klubové odpoledne 18. 12. 2019 se v klubovně N E K O N Á!!!**

PŘIJĎTE POTĚŠIT SEBE I NÁS

Za výbor PARKINSON KLUB BRNO  
Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně  
Podrobnější info: +420 606 145 248

[www.parkinson-brno.cz](http://www.parkinson-brno.cz)