

Plán činnosti Parkinson klub Brno (PKB)

Pravidelné akce

1. **Setkání v klubovně**

Pravidelně každou třetí středu v měsíci od 14.00 - 17.00 hod.

BUDOVA Diecézní rady CČSH v Brně, Česká 31, 3. patro - výtahem, místnost SETKÁVÁNÍ, přístup zcela bezbariérový (na požádání)

2. **Rehabilitační cvičení parkinsoniků**

V tělocvičně

Každý čtvrtek od 16.00 - 17.00 hod.

Tělocvična Sokolu Brno 2, v areálu centra Sport Balkán, Jugoslávská 5, 61300 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 v klubovně Spartaku Slatina, Tuřanka 1, Brno, od 9.00 do 11.30 hod.,

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, mobil +420 604 271 697

Bowling

Pondělí vždy jednou za 14 dní, od 14.00 hod.

13. 1., 27. 1., 10. 2., 24. 2., 9. 3., 23.3., 6. 4., 20. 4., 4. 5., 18. 5., 1. 6.,

15. 6. - vyhodnocení 4. ročníku Klubové bowlingové ligy

BOWLING DARTS RUBÍN

Makovského nám.1, Brno Žabovřesky (nad Billou)

KONTAKT: Libor Jaša, mobil 608 113 922

3. **Setkání členů a přátel PKB, spojené s odbornou lékařskou přednáškou, dle dohody s přednášejícím lékařem (9. 11. 2020)**

4. **Slavnostní setkání členů a přátel u příležitosti SVĚTOVÉHO DNE pro Parkinsonovu nemoc a k počtě 22. VÝROČÍ ZALOŽENÍ PKB (18.4. 2020)**

5. **Léčebný pobyt Lázně Hodonín 27. 4. - 3. 5. 2020**

Přihlášky na adrese: vern.eva@seznam.cz do 29. 2. 2020

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

Tři studně, hotel Horník 12. - 16.10. 2020.

Zájemci se přihlásí on-line na adrese: <http://www.filianek.cz/pobyty-pro-seniory> v sekci PŘEKÁŽKY NÁS NEZASTAVÍ

L E D E N

13. 1. 2020 (pondělí, 14.00 hod.) první trénink bowlingu

14. 1. 2020 (úterý, 9.00 hod.) zahájení tréninku stolního tenisu

15. 1. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**

Program: seznámení se s plánem činnosti na 1. pololetí 2020, zážitky z Vánoc

16. 1. 2020 (čtvrtek, 16.00 hod.) zahájení cvičení v tělocvičně

Ú N O R

7. 2. 2020 (pátek, 14.00 hod.) **RÁJ** - muzikál, Městské divadlo Brno, veřejná gen. zkouška

19. 2. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**

Program: výroční členská schůze PKB

- zpráva o činnosti v roce 2019
- zpráva o hospodaření v roce 2019
- ohlédnutí za rokem 2019 ve fotografii

B Ř E Z E N

7. 3. 2020 (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

18. 3. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**

Program: Brno před 100 lety a dnes ve fotografii Přemysla Dížky

D U B E N

15. 4. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE** (Program se připravuje)

18. 4. 2020 (sobota, 14.00 hod.)

Společenské odpoledne na ŠELEPCE, Šelepova 543/1, 60200 Brno (přístup bezbariérový)
u příležitosti SVĚTOVÉHO DNE PN a k počtě 22. výročí založení PKB
(podrobnosti viz. Pozvánka)

19. 4. 2020 (neděle, 10.00 hod.) **9. Výstup na hrad Špilberk** - doprovodný program ke Světovému dni PN

27. 4. - 3. 5. 2020 - Léčebný pobyt Lázně Hodonín

K V Ě T E N

20. 5. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE** (Program se připravuje)

23. 5. 2020 (sobota, 10.00 hod.) **Výstava kosatců IRIS 2020 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

11. 6. 2020 (čtvrtek, 14.00 hod) **Poslední cvičení v tělocvičně**

?? (sobota, 11.00 hod.) **BUKOVINSKÝ POHÁR** - 10. ročník

- sraz v 11. 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

15. 6. 2020 - vyhodnocení **4. ročníku Klubové bowlingové ligy**, poslední trénink

17. 6. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE** - program se připravuje

23. 6. 2020 (úterý) - Ukončení tréninku stolního tenisu

PRÁZDNINOVÉ AKCE

1. 8. 2020 (sobota) - 13. **Parkinsoniáda** v Dubňanech

Z Á Ř Í

7. 9. 2020 (pondělí, 14.00 hod.) **Zahájení tréninku v bowlingu**

Další termíny: 21. 9., 5. 10., 19. 10., 2. 11., 16. 11., 30. 11., 14. 12. 2020

9. 9. 2020 (středa, 11.00 hod.) *Plavba lodí Brněnskou přehradou*

15. 9. 2020 (úterý, 9.00 hod.) *Zahájení tréninku stolního tenisu*

16. 9. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**

Program: canisterapie – Bastík a Jana Benešová

Vzpomínky z prázdnin a Plavby lodí

17. 9. 2020 (čtvrtek, 16.00 hod. – 17.00 hod.)

Zahájení rehabilitačního cvičení v tělocvičně

Ř Í J E N

7. 10. 2020 (sobota, 10.00 hod.) **Výstava Barvy podzimu** - aranžmá ve výstavní hale

- prohlídka 11 hektarového areálu zahrady
- výstavka pěstitele sukulentů spojená s prodejem

Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně, ul. Gen. Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9 a 11

12. – 16. 10. 2020 **Tradiční pobyt pro seniory** s PN a jejich doprovod, Hotel Horník-Tři studně

Zájemci o přepravu mikrobusem z Brna a zpět se musí přihlásit Evě Vernerové, nejpozději do 2. 10. 2020

Z uvedeného důvodu se cvičení v tělocvičně ve čtvrtek 15. 10. 2020 NEKONÁ!!!

21. 10. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**

Program: Vzpomínky na pobyt na Vysočině

30. 10. 2020 (pátek 14.00 hod.) **Pretty woman** – muzikál, veřejná generální zkouška

Městské divadlo Brno

L I S T O P A D

7. 11. 2020 (sobota, 10.00 hod.) **KVETOUČÍ ORCHIDEJE**, výstava doplněná prodejem orchidejí a masožravých rostlin

9. 11. 2020 (středa, 14.00 hod.) **Lékařská přednáška**: Program se připravuje

prof. MUDr. Irena Rektorová, Ph. D., vedoucí aplikované neurovědní výzkumné skupiny

Středoevropský technologický institut CEITEC Masarykova univerzita, Brno

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

18. 11. 2020 (středa, 14.00 hod.) **KLUBOVÉ ODPOLEDNE**
Program: Brno před 100 lety a dnes ve fotografii Přemysla Dížky

P R O S I N E C

10. 12. 2020 (čtvrtek, 15.30 hod.) Ukončení cvičení v tělocvičně v roce 2020

14. 12. 2020 (pondělí) Poslední trénink bowlingu v roce 2020

15. 12. 2020 (úterý, 9.00 hod.) Poslední trénink stolního tenisu v roce 2020

16. 12. 2020 (středa, 14.00 hod.) **ADVENTNÍ SETKÁNÍ** – loučení s rokem 2020
Program připravujeme.

Klubové odpoledne 16. 12. 2020 se v klubovně N E K O N Á!!!

Plán bude průběžně doplňován o vycházky a podobně, dle aktuální domluvy.

Všechny plánované aktivity se budou konat s ohledem na stav šíření koronaviru.

PŘIJĎTE POTĚŠIT SEBE I NÁS

Za výbor **PARKINSON KLUB BRNO**
Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně
Podrobnější info: +420 606 145 248
www.parkinson-brno.cz