

# TÝDEN VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH



**PROŽITKOVÉ SEMINÁŘE**  
**WORKSHOPY**  
**TVŮRČÍ**  
**DÍLNY**  
**OCHUTNÁVKY PROFESÍ**

**UKÁZKOVÉ HODINY**

**ÚČAST ZDARMA**

**11.–15.11.2019**

**PROGRAM RYCHNOV N. KNĚŽ.**

Čas	Pondělí 11. listopadu	Místo konání
8:00–9:00	<b>Představení projektů ÚP</b> Pořádá: Úřad práce ČR – KoP Rychnov nad Kněžnou	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
8:00–15:00	<b>ASPEKT z.s. – den otevřených dveří</b> Pořádá: ASPEKT z.s.	ASPEKT z.s., Panská 1492, budova Společenského centra Rychnov nad Kněžnou, 2. p., č. 321
9:00–11:00	<b>Jak být šťastný i v těžkých dobách</b> Pořádá: PhDr. Mgr. Milada Nádvorníková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:00–11:00	<b>Káva, co má smysl</b> Pořádá: PFERDA z.ú.	Kavárna Láry Fály, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou
9:00–11:00	<b>První pomoc</b> Pořádá: Alena Dušková, DiS. – záchranář	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–15:00	<b>Chystáte se do důchodu?</b> Pořádá: OSSZ Rychnov nad Kněžnou	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
15:00–17:00	<b>Domácí logopedie</b> Pořádá: Mgr. Martina Černá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
16:00–18:00	<b>Doteky naděje – pozvánka do tmy</b> Pořádá: Doteky naděje, z.s., Renata Moravcová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
17:30–18:30	<b>Jaké by bylo mít uvolněná záda?</b> Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech
<b>Úterý 12. listopadu</b>		
7:30–16:00	<b>SŠ PVC – Prohlídka prostor výuky, ukázky na strojích</b> Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
8:30–10:00	<b>Na problémy nejste sami!</b> Pořádá: OD5K10, z.s. – Občanská poradna	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:00–11:00	<b>Textilní dekorace</b> Pořádá: Dům dětí a mládeže, Dobruška	DDM Dobruška, Domašínská 363, Dobruška
9:00–16:00	<b>Den otevřených dveří v Centru Orion</b> Pořádá: Centrum Orion, z.s.	Centrum Orion, z.s., Dlouhá Ves 116, Rychnov nad Kněžnou
10:00–11:30	<b>Studuj, cestuj, pracuj v EU</b> Pořádá: EURES ČR a Eurocentrum HK	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
11:00–12:00	<b>Rozvoj osobnosti – Individuální koučink s cílovou skupinou nezaměstnaných</b> Pořádá: Zuzana Kschwendová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–14:00	<b>Letem kávovým světem s pražírnou U MiMa Skuhrov nad Bělou</b> Pořádá: „Čerstvě pražená káva U MiMa“	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
13:00–14:30	<b>Kariérové poradenství a osobní rozvoj</b> Pořádá: Centrum andragogiky, s.r.o., Ing. Petra Michaličková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–16:00	<b>Jak připravit podnikatelský záměr? Jednoduše a rychle.</b> Pořádá: Technologické centrum HK	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:30–15:15	<b>CAD v praxi</b> Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
14:30–15:30	<b>Jaké by bylo mít uvolněná záda?</b> Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov n. Kněž., 2. p. po schodech
15:00–15:30	<b>CNC s obsluhou</b> Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška

15:15–16:00	<b>CAM a jeho novinky</b> Pořádá: SŠ PVC Dobruška	SŠ PVC Dobruška, Pulická 695, Dobruška
16:00–17:00	<b>Ukázka techniky Nordic Walking – severské chůze</b> Pořádá: Soňa Šmajzrová – Nordic Walking	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:30	<b>Aktualizace myšlenkového softwaru aneb jak si pročistit hlavu</b> Pořádá: Centrum Orion, z.s.	Centrum Orion, z.s., Dlouhá Ves 116, Rychnov nad Kněžnou
16:00–17:30	<b>Ženský kruh s úplňkovou meditací</b> Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech
16:00–18:00	<b>E-mail marketing</b> Pořádá: Mgr. Hana Martinková, OA a SOŠ cestovního ruchu Choceň	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
16:30–18:00	<b>Hravě o dětské stravě</b> Omezený počet míst – rezervace SMS na tel. 603 181 090. Pořádá: Hubni s jídlem, Zdraví do škol	Výživová poradna Hubni s jídlem, Svatohavelská 266 (za kostelem), Rychnov nad Kněžnou
18:00–20:00	<b>OM Chanting</b> Pořádá: Centrum Innate	Centrum Innate, Panská 79, Rychnov nad Kněžnou, 2. patro po schodech
<b>Středa 13. listopadu</b>		
8:30–9:30	<b>Astrologie v praxi</b> Pořádá: Martina Pšeničková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:00–10:30	<b>Hravě o dětské stravě</b> Omezený počet míst – rezervace SMS na tel. 603 181 090. Pořádá: Hubni s jídlem, Zdraví do škol	Výživová poradna Hubni s jídlem, Svatohavelská 266 (za kostelem), Rychnov nad Kněžnou
9:00–11:00	<b>Přání a dekorace nejen svatební</b> Pořádá: Dům dětí a mládeže, Dobruška	DDM Dobruška, Domašínská 363, Dobruška
9:00–11:00	<b>Zažij si nošení dětí</b> Pořádá: Zažij si to, z.s. – Pavlína Janoušková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
9:30–11:00	<b>Podpora kojení</b> Pořádá: MAMILA, o.z. – Bc. Lucie Sychrová	BESEDA BIO – zadní salonek, Staré náměstí 27, Rychnov nad Kněžnou
10:00–11:30	<b>Barevný svět korálků</b> Pořádá: Alena Vodehnal Hojsáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
13:00–14:00	<b>Aktivní život se psem</b> Pořádá: Jitka Štichauerová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
14:00–16:00	<b>Jak sám sobě pomáhat, abychom žili šťastný a radostný život</b> Pořádá: Jana Valcová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
15:00–16:00	<b>Myšlenkové mapy – zaznamenejte si nejen své myšlenky přehledně a efektivně</b> Pořádá: Ing. Petra Zimmerová – Vzdělávání s úsměvem	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–17:30	<b>Pět jazyků lásky ve výchově dítěte</b> Pořádá: Mgr. Martin Vlasák – OD5K10, z.s.	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:00–18:00	<b>Španělsko – hory, města, kultura</b> Pořádá: Mgr. Martin Duben	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
<b>Čtvrtek 14. listopadu</b>		
8:00–17:00	<b>Burza knih a časopisů</b> Pořádá: Městská knihovna Rychnov nad Kněžnou	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou
8:30–9:30	<b>Mushing, aneb nejenom jízda se psím spřežením</b> Pořádá: Bc. Karolína Dvořáková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
9:30–11:00	<b>Vzdor a vztek u dětí do 6 let</b> Pořádá: Mgr. Martin Vlasák – OD5K10, z.s.	Centrum 5KA, Tylova 373 Rychnov nad Kněžnou POZOR nová adresa!
9:30–11:00	<b>Rozhýbejte svůj mozek a budete překvapeni, co vše dokážete</b> Pořádá: Ing. Petra Zimmerová – Vzdělávání s úsměvem	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
10:00–11:00	<b>Novela Insolvenčního zákona</b> Pořádá: Občanská poradna Náchod	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
12:00–13:30	<b>Veřejné opatrovnictví – základní informace, kazuistiky</b> Pořádá: MÚ Rychnov nad Kněžnou, odbor sociálních věcí, Bc. Josef Šimerda	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
12:00–14:00	<b>Orientální chuť a vůně perské kávy</b> Pořádá: „Čerstvě pražená káva U MiMa“	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:00–15:30	<b>Zdobení perníčků</b> Pořádá: Olga Pleslová	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 503
14:30–16:30	<b>Co je vlastně „škola hrou“</b> Pořádá: Mgr. Martina Černá	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
16:30–18:00	<b>Vědomé stravování aneb není to jen o jídle</b> Pořádá: Bc. Petra Mazánková	ÚP ČR – KoP RK, Štemberkova 1433, 4. patro, č. 516
<b>Pátek 15. listopadu</b>		
8:00–17:00	<b>Burza knih a časopisů</b> Pořádá: Městská knihovna Rychnov nad Kněžnou	Společenské centrum, velký sál, Rychnov nad Kněžnou
17:00–19:00	<b>Cesta po Vietnamu</b> POZOR! Vstupné 50 Kč! Pořádá: Kultura Solnice – Václav Balous	Společenský dům Solnice

#### Kontaktní osoby

Mgr. Libuše Sychrová  
e-mail: [libuse.sychrova@uradprace.cz](mailto:libuse.sychrova@uradprace.cz)  
telefon: 950 159 323

Bc. Jana Jirsáková  
e-mail: [jana.jirsakova2@uradprace.cz](mailto:jana.jirsakova2@uradprace.cz)  
telefon: 950 159 322

Eva Buňatová  
e-mail: [eva.bunatova@uradprace.cz](mailto:eva.bunatova@uradprace.cz)  
telefon: 950 159 431

Změna programu vyhrazena, aktuálně vždy na  
[www.kr-kralovehradecky.cz](http://www.kr-kralovehradecky.cz)

více na [web.uradprace.cz](http://web.uradprace.cz), [www.tydneyvzdelavani.cz](http://www.tydneyvzdelavani.cz), [www.kr-kralovehradecky.cz](http://www.kr-kralovehradecky.cz)

