Týden VZDĚLÁVÁNÍ DOSPĚLÝCH

Týden vzdělávání dospělých®

Vzděláváním k pestřejšímu životu

PROGRAM RYCHNOV NAD KNĚŽNOU

7. – 11. 11. 2016

PONDĚLÍ 7. 11. 2016

ČAS	NÁZEV AKCE	POŘÁDÁ	MÍSTO KONÁNÍ
8:30–10:30	**Co dělat, abychom byli spokojeni a šťastni?** Návod na to, jak si poradit se stresem a přibývajícími konflikty tak, abychom se cítili dobře, spokojeně a šťastně.	Psychologické poradenství – PhDr. Mgr. Milada Nádvorníková	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
10:00-11:30	**Secret of beauty – senzace kosmetického trhu, revoluce v péči o pleť** Ukázka ošetření pleti unikátním komplexem přírodních minerálů bez parabenů, konzervantů, barviv, parfemací a jiných syntetických látek zakončená líčením.	Kosmetické studio Anette	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
09:00-11:00	**Vánoční tvoření z papíru** Ukázka výroby vánočních přání, jmenovek a dekorací z papíru technikou scrapbooku, origami atd. Rezervace nutná předem na tel: 494 621 505 nebo na e-mailu: dumdeti@dka.cz.	Dům dětí a mládeže, Dobruška	Dům dětí a mládeže Dobruška, Domašínská 363, Dobruška
13:00-14:00	**Emoční inteligence (stále nedoceněná)** Emoce svou kvalitou určují pocit naší životní a dušení spokojenosti a fyzické pohody. Naučte se lépe projevovat a komunikovat.	Centrum andragogiky, s.r.o.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
13:00-14:00	**Využijte svého práva na preventivní prohlídky** Získáte přehled o výskytu karcinomu prsu v ČR, informace o způsobech léčby a o preventivním screeningovém programu, kontakty na akreditovaná mamodiagnostická centra.	Mamma HELP, z.s.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
13:00-18:00	**Den otevřených dveří ve Školském zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Královehradeckého kraje** Prohlídka učeben, přiblížení činnosti organizace, od 16:30 do 18:00 možnost shlédnutí lekce kurzu Aj pro pokročilé.	Školské zařízení pro DVPP KHK	Školské zařízení pro DVPP KHK, pracoviště Javornická 1501, Rychnov nad Kněžnou
14:30-15:30	**Výběrové řízení z pohledu personalisty – praktické rady jak uspět u výběrového řízení** Co vás na pohovoru může čekat a jak při něm zaujmout. Možnost si ho vyzkoušet s okamžitou zpětnou vazbou.	Ing. Petra Zimmerová	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
14:30-16:00	**Nejčastěji řešené problémy z pracovního práva a insolvence na úřadu práce**	ÚP ČR, kontaktní pracoviště Rychnov n. Kn.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
16:00-18:00	**Psaní mě baví** Beseda o tom, že psaní může člověka nejen živit, ale především bavit a povznést mu ducha.	Libor Koldinský	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
16:00-18:00	**Beseda na téma dopravní předpisy – změny a novinky**	Jiří Myšák, Autoškola Podorlicko	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
18:00-19:30	**Španělština pro pokročilé** Ukázková hodina v prostorách centra OKO. Kurz je určen pro širokou veřejnost. Účastníci obdrží po ukázkové lekci informace k možnostem výuky.	OKO – vzdělávací a rozvojové centrum, o.s.,	OKO, o.s. Staré náměstí 46, Rychnov nad Kněžnou

ÚTERÝ 8. 11. 2016

ČAS	NÁZEV AKCE	POŘÁDÁ	MÍSTO KONÁNÍ
7:30-16:00	**Den otevřených dveří v Podorlickém vzdělávacím centru** Střední škola, která vzdělává v technických oborech jak žáky, tak veřejnost a ve spolupráci s ÚP připravuje odborníky strojírenských profesí.	Podorlické vzdělávací centrum, Dobruška	Podorlické vzdělávací centrum, Pulická 695, Dobruška
9:00-11:00	**Osobní bankrot – oddlužení** Co je to oddlužení? Vysvětlení pojmů, jeho podmínky. Vysvětlení průběhu insolvenčního řízení a následné osvobození od dluhů.	OD5K10, z.s.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
9:00-11:00	**Postupy v resuscitaci dle nových doporučení** Přednáší pí Věra Müllerová.	Centrum Orion, z.s.	Centrum Orion, Dlouhá Ves 116, Rychnov nad Kněžnou
9:00-12:00	**Den otevřených dveří – Šikulky v Hastrmánku** Zábavné dopoledne v herně s cvičením a hraním pro dospělé i děti. Výroba zvířátek a hraček z origami.	Hastrmánek, z.s.	Mateřské centrum Hastrmánek, Mírová 890, Dobruška
10:00-11:00	**Seznamte se s Tichým světem** Bořte s námi mýty o neslyšících. Specifika komunikace, zaměstnávání neslyšících a zkušenosti z praxe.	Tichý svět, o.p.s.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
10:00-11:00	**Dopolední cvičení děti (1 – 4 roky za doprovodu rodičů)** Pohybová všestranná průprava, říkanky, hry. Nutná rezervace předem na tel: 773 047 791 do 7. 11. 2016. Vezměte si s sebou sportovní oblečení a vhodnou sportovní obuv, dále pití a ručník.	BR Sport s.r.o.	BR Sport, Javornická 1651, Rychnov nad Kněžnou
13:00-15:30	**Den otevřených dveří ve Školském zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Královehradeckého kraje** Prohlídka učeben, přiblížení činnosti organizace.	Školské zařízení pro DVPP KHK	Školské zařízení pro DVPP KHK, pracoviště Javornická 1501, Rychnov nad Kněžnou
13:00-14:30	**Šance jít dál aneb občanská poradna pomáhá obětem trestných činů** Informace o průběhu trestního řízení, práva, instituce, které mohou obětem pomoci.	Občanská poradna Náchod	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
13:00-14:30	**Rady a tipy jak nenaletět u obchodníků**	Sdružení obrany spotřebitelů - asociace	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
13:00-17:00	**Den otevřených dveří ve vzdělávacím a rozvojovém centru OKO o.s.** Prezentace činností, informační stánek, prohlídka prostor.	OKO – vzdělávací a rozvojové centrum, o.s.,	OKO, o.s. Staré náměstí 46, Rychnov nad Kněžnou
14:30-15:15	**Ukázky svařování – CAD v praxi**	Podorlické vzdělávací centrum, Dobruška	Podorlické vzdělávací centrum, Pulická 695, Dobruška
14:30-16:00	**První kroky při tvorbě rodokmenu** Principy vyhledávání v matrikách, portál My heritage a hlavní úskalí při práci. Součástí akce budou praktické ukázky.	Eva Havlíková	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
14:30-16:30	**Průvodce Rychnovem nad Kněžnou – kniha, DVD a eBook** Představení netypického průvodce, oceněného mj. Cenou Města Rychnova nad Kněžnou.	PhDr. Josef Krám	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
15:00-15:30	**Ukázky svařování – CNC s obsluhou**	Podorlické vzdělávací centrum, Dobruška	Podorlické vzdělávací centrum, Pulická 695, Dobruška
15:00-16:00	**Cvičení v cardiu na strojích Technogym** Spalování tuků na problematických partiích v ideální tepové frekvenci s trenérem. Nutná rezervace předem na tel: 773 047 791 do 7. 11. 2016. Vezměte si s sebou sportovní oblečení a vhodnou sportovní obuv, dále pití a ručník.	BR Sport s.r.o.	BR Sport, Javornická 1651, Rychnov nad Kněžnou
15:15-16:00	**Ukázky svařování – CAM a jeho novinky**	Podorlické vzdělávací centrum, Dobruška	Podorlické vzdělávací centrum, Pulická 695, Dobruška
16:00-17:30	**Jak bezpečně na internet** Přednáška pro rodiče, které zajímá, co dělají jejich děti na internetu, co teď „frčí", ale také, jaké nástrahy na děti číhají.	Mgr. Hana Zakouřilová	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
17:15-18:45	**Angličtina pro začátečníky** Ukázková hodina v prostorách centra OKO. Kurz je určen pro širokou veřejnost. Účastníci obdrží po ukázkové lekci informace k možnostem výuky.	OKO – vzdělávací a rozvojové centrum, o.s.,	OKO, o.s. Staré náměstí 46, Rychnov nad Kněžnou

STŘEDA 9. 11. 2016

ČAS	NÁZEV AKCE	POŘÁDÁ	MÍSTO KONÁNÍ
8:00-9:00	**Powerjóga pro všechny** Protahování a posilování celého těla. Nutná rezervace předem na tel: 773 047 791 do 7. 11. 2016. Vezměte si s sebou sportovní oblečení a vhodnou sportovní obuv, dále pití a ručník.	BR Sport s.r.o.	BR Sport, Javornická 1651, Rychnov nad Kněžnou
9:00-12:00	**Jak použít aplikaci Záchranka pro mobilní telefony a výuka neodkladné resuscitace** Přednášet bude zdravotnický záchranář Bc. Miloš Ulrich.	Český červený kříž, oblastní spolek	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
9:30-10:30	**Za zkušenostmi do zahraničí (studium, práce, dobrovolnictví)** Kam vyjet na letní brigádu? Jaké jsou žádané profese? Jak vycestovat jako dobrovolník? A mnoho dalších informací týkajících se studia, práce, dobrovolnictví v zemích EU.	EURES a Eurocentrum Hradec Králové	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
10:30-12:00	**Evropská dobrovolná služba – Šance vyrazit do světa** Vyrazit do světa na zkušenou můžete bez financí a bez výrazné znalosti jazyka! Dotováno z EU.	OKO – rozvojové a vzdělávací centrum, o.s.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
12:00-13:00	**Zdravotní pojištění v ČR. Stáže a pracovní příležitosti pro studenty a handicapované ve VZP ČR** Obecné informace o zdravotním pojištění se zaměřením na problematiku odvodů, pojištění při cestě do zahraničí, lázní, ztráta průkazu atd. Seznámení s Trainee a Handicap programy.	Všeobecná zdravotní pojišťovna České republiky	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
12:00-14:00	**Náhradní rodinná péče** Přemýšleli jste někdy o tom, jak se žije dětem v dětských domovech? Napadlo vás, že by jim bylo lépe, kdyby měly mámu a tátu? Jaké by to bylo, kdyby k vám domů přišlo dítě z dětského domova?	Diamant, podporujeme náhradní rodiny srdcem, z.s.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
13:00-15:30	**Den otevřených dveří ve Školském zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Královehradeckého kraje** Prohlídka učeben, přiblížení činnosti organizace.	Školské zařízení pro DVPP KHK	Školské zařízení pro DVPP KHK, pracoviště Javornická 1501, Rychnov nad Kněžnou
13:00-15:00	**Strachy a brzdy v mém životě** Co mě blokuje, proč se bojím pohnout z místa. Pohled na život z jiného úhlu. Motivační cvičení a odbourání strachu. Nalezení nových možností.	Lada Pospíšilová	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
14:00-15:30	**Informace k rekvalifikacím** Seznámení s pojmem rekvalifikace, podrobnosti k jednotlivým kurzům – vstupní předpoklady, obsah kurzů, hodinové dotace a způsoby ukončení jednotlivých kurzů.	ÚP ČR, kontaktní pracoviště Rychnov n. Kn.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
15:00-17:00	**Nový začátek – kdo jsem, co chci od života, znám svoji cenu na trhu práce a v osobním životě?** Přerámcování své minulosti, výklad, názorné ukázky technik NLP, nahlédnutí do své duše a hledání zdrojů pro restart života.	Jana Valcová	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, zasedací místnost, č. dveří 503
16:00-17:00	**Prezentace služeb pro rodinu + canisterapie** Služby pro rodinu, zajišťování chodu domácnosti, ubytování pejsků, canisterapie, názorná ukázka práce se psem.	Simona Hyklová, Ostrovní vážka	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
16:45-18:15	**Němčina pro mírně pokročilé** Ukázková hodina v prostorách centra OKO. Kurz je určen pro širokou veřejnost. Účastníci obdrží po ukázkové lekci informace k možnostem výuky.	OKO – vzdělávací a rozvojové centrum, o.s.,	OKO, o.s. Staré náměstí 46, Rychnov nad Kněžnou
18:30-19:30	**Kulatý stůl pro ženy na téma „Změna je výzva"** Mentoring s Jitkou Bartošovou o tom, že změna nemusí být strašák aneb jak se nebát svého růstu a jak tuto příležitost umět využít.	OKO – vzdělávací a rozvojové centrum, o.s.,	OKO, o.s. Staré náměstí 46, Rychnov nad Kněžnou

ČTVRTEK 10. 11. 2016

ČAS	NÁZEV AKCE	POŘÁDÁ	MÍSTO KONÁNÍ
8:00-16:00	**Výstava nářadí a přístrojů chladicí a klimatizační techniky**	SŠZE a SOU CHKT Kostelec n. Orl.	Střední škola zemědělská a ekologická a střední odborné učiliště chladicí a klimatizační techniky, Komenského 873, Kostelec n. Orl.
9:00-10:00	**Brýle ze všech stran** Dozvíte se, jak se vyrábí brýle a dioptrické čočky, jak se o ně starat a jak si je správně vybrat. Foto továren v Asii.	OptikDoDomu s.r.o.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
9:00-11:00	**Skládaný patchwork bez šití** Ukázka výrobků technikou skládaného patchworku a zhotovení vlastní vánoční dekorace. Rezervace nutná předem na tel: 494 621 505 nebo na e-mailu: dumdeti@dka.cz.	Dům dětí a mládeže, Dobruška	Dům dětí a mládeže Dobruška, Domašínská 363, Dobruška
10:00-11:00	**Prezentace vzdělávacího a kulturního centra Klášter Broumov – den otevřených dveří** Prohlídka revitalizovaných prostor, ve kterých se realizují semináře, konference. Jaká je vize a filosofie našich kurzů pro dospělé a v čem se chceme rozvíjet?	Vzdělávací a kulturní centrum Klášter Broumov	Vzdělávací a kulturní centrum Klášter Broumov, Klášterní 1, Broumov
11:00-12:00	**Novinky v důchodovém pojištění** Základní podmínky vzniku nároku na důchod, informativní osobní list důchodového pojištění, přehled dob, náhradní doba a vyloučená doba, důchodová kalkulačka.	OSSZ Rychnov nad Kněžnou	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
12:30-14:00	**Prezentace koučinku a individuálního poradenství** Bude prezentován postup při absolvování podnikatelského koučinku a individuálního poradenství. Možnost individuálních konzultací podnikatelských záměrů. Praktické příklady.	Technologické centrum Hradec Králové, o.p.s.	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
14:00-18:00	**Den otevřených dveří Společenského centra – Kina 70** Návštěvníci budou moci v doprovodu personálu nahlédnout do normálně nepřístupných prostor (šaten, promítací kabiny atd.). Po celou dobu akce bude přístupná výstava v malém sále.	Kulturní a sportovní zařízení města Dobrušky, Společenské centrum – Kino 70	Kulturní a sportovní zařízení města Dobrušky, Komenského 70, Dobruška
14:00-15:30	**Návštěva u protinožců – Austrálie a Nový Zéland**	Ladislav Martinec	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
15:00-16:00	**Prezentace vzdělávacího a kulturního centra Klášter Broumov – den otevřených dveří** Prohlídka revitalizovaných prostor, ve kterých se realizují semináře, konference. Jaká je vize a filosofie našich kurzů pro dospělé a v čem se chceme rozvíjet?	Vzdělávací a kulturní centrum Klášter Broumov	Vzdělávací a kulturní centrum Klášter Broumov, Klášterní 1, Broumov
16:00-18:00	**Island 2016** Prezentace fotografií ze 14-ti denního okružního výletu aneb: Jak objet Island kolem dokola za 2 týdny vlastním autem.	Petr Čechura	KoP ÚP Rychnov n. Kn., 4. patro, místnost IPS, č. dveří 516
16:00-18:00	**Jak nastartovat samouzdravovací procesy v těle** Přednáší Mgr. Táňa Brodská.	Centrum Orion, z.s.	Centrum Orion, Dlouhá Ves 116, Rychnov nad Kněžnou
17:00-19:00	**Štěstí a úleva v mých prstech** Ukázka a vysvětlení techniky EFT, jak se naučit sám sobě pomoci od bolestí jak emočních, tak fyzických. Jak cítit radost ze života.	Lada Pospíšilová	Studio Relaxace, Pod Branou 208, Kostelec nad Orlicí
18:30-20:00	**Angličtina pro mírně pokročilé** Ukázková hodina v prostorách centra OKO. Kurz je určen pro širokou veřejnost. Účastníci obdrží po ukázkové lekci informace k možnostem výuky.	OKO – vzdělávací a rozvojové centrum, o.s.,	OKO, o.s. Staré náměstí 46, Rychnov nad Kněžnou

PÁTEK 11. 11. 2016

ČAS	NÁZEV AKCE	POŘÁDÁ	MÍSTO KONÁNÍ
10:00-12:00	**Prezentace koučinku a individuální poradenství** Bude prezentován postup při absolvování podnikatelského koučinku a individuálního poradenství. Možnost individuálních konzultací podnikatelských záměrů. Praktické příklady.	Technologické centrum Hradec Králové, o.p.s.	Technologické centrum Hradec Králové o.p.s., Piletická 486/19, Hradec Králové
16:00-18:30	**Ukázka technik NLP, hypnóza, praktické řešení konfliktů – report, zrcadlení, strategie** Relaxace s hypnózou, praktické cvičení řešení konfliktů, dosahování cílů, snů a vizí.	Jana Valcová	Studio Relaxace, Pod Branou 208, Kostelec nad Orlicí

Kontaktní osoby:

Ing. Alena Martincová
alena.martincova@rk.mpsv.cz
Tel.: +420 950 159 323

Mgr. Markéta Klofáčová Pavlová
marketa.klofacovapavlova@rk.mpsv.cz
Tel.: +420 950 159 432

Změna programu vyhrazena, aktuálně vždy na www.kr-kralovehradecky.cz.

Více na **ÚŘADECH PRÁCE**

www.tydnyvzdelavani.cz

www.kr-kralovehradecky.cz

Úřad práce ČR

KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ

aivd Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR, o.s.