



KONTAKTY:

Telefon: 736 130 590

E-mail: liberec@tyflocentrum-lb.cz

Adresa: Na Výšinách 451/9, Liberec 5 **Web:** <http://tyflocentrum-lb.cz/>

INFORMUJEME:

V TC už jsou pro vás k dispozici **nové zvukové knihy** i jejich aktuální seznam.

Nadále platí, že na všechny akce je potřeba se **včas přihlásit!** Nejlépe u Jany Martínkové, tel.: 736 130 590 či email: aktivita@tyflocentrum-lb.cz.

V období od 28. 7. do 8. 8. nebudou v TyfloCentru probíhat žádné akce, až na výjimky domluvené individuálně s konkrétními pracovníky.

V období prázdnin **NOVĚ NABÍZÍME** několik **individuálních sportovních aktivit** s vidícím průvodcem (trasérem):

- In-line bruslení (pro začátečníky i pokročilé) v areálu Vesec, kde je možné si i zapůjčit brusle.
- Jízdu na dvoj kole (dvoj kolo může zajistit TC).
- Plavání v bazénu. V případě zájemců mužů prosíme, aby si tito zajistili svůj vidící doprovod do šatny a sprchy (při vstupu i odchodu).

V případě zájmu o některou z těchto sportovních aktivit volejte Janě Martínkové (tel.: 736 130 590).

PROGRAM:

1. 7. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Janou Martínkovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů.

Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 736 130 590).

2. 7. středa 14:00 Angličtina

Aktivita probíhá online. Lektorkou je paní Eliška Koldová. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení.

3. 7. čtvrtek 10:00 Vyrábění origami

Přijďte si s Janou Martínkovou vyrobit různé motivy origami, fantazii se meze nekladou.

4. 7. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).

8. 7. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Lenkou Gůrovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 775 871 416).

9. 7. středa 14:00 Angličtina

Aktivita probíhá online. Lektorkou je paní Eliška Koldová. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení.

11. 7. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).

14. 7. pondělí 8:10 Výlet do ZOO Děčín

Sraz je v 8:10 v hale vlakového nádraží Liberec. Pojedeme vlakem do Děčína, odkud půjdeme cca 1 km do děčínské ZOO. Vstup vodících psů do ZOO je povolen. Vstupné do ZOO je pro držitele průkazu ZTP za 75 Kč, pro držitele průkazu ZTP/P zdarma a pro dospělého za 150 Kč. V ZOO je možnost zakoupení občerstvení. Po prohlídce ZOO pojedeme zpět do Liberce vlakem. Předpokládaný návrat do Liberce je v 17:26.

15. 7. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Janou Martínkovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 736 130 590).

16. 7. středa 10:00 Bowling

Sraz v 9:50 hod. v restauraci Královská zahrada v Centru Babylon. Akce se mohou zúčastnit pouze předem přihlášení účastníci.

16. 7. středa 11:30 Bowlingové posezení

Na trénink navážeme posezením ve zvolené kavárně nebo restauraci. Akce se mohou zúčastnit pouze předem přihlášení účastníci.

16. 7. středa 14:00 Angličtina

Aktivita probíhá online. Lektorkou je paní Eliška Koldová. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení.

18. 7. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo

s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).

21. 7. pondělí 8:15 Výlet na rozhlednu Císařský kámen

Sraz je v 8:15 na vlakovém nádraží v Liberci. Pojedeme vlakem do Jeřmanic, odkud budeme stoupat do kopce, cca 3,5 km k rozhledně Císařský kámen. Je nutné s sebou mít svačinu, občerstvení po cestě nikde nebude. Poté půjdeme zpět z kopce znovu cca 3,5 km do Jeřmanic, odkud pojedeme vlakem do Liberce. Předpokládaný návrat je ve 13:22.

22. 7. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Lenkou Gůrovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 775 871 416).

23. 7. středa 10:00 Herní dopoledne

Přijďte si zahrát deskové hry, v nabídce je Člověče nezlob se, pexeso a Šachy. Všechny hry jsou hmatově upraveny, tudíž vhodné pro každého.

23. 7. středa 14:00 Angličtina

Aktivita probíhá online. Lektorkou je paní Eliška Koldová. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení.

25. 7. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).

12. 8. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Janou Martínkovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Noví zájemci nechtě se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 736 130 590).

15. 8. pátek 8:20 Projížďka parním vlakem Kořenov-Harrachov

Sraz je v 8:20 v hale libereckého nádraží. Pojedeme vlakem do Kořenova, odkud se pojedeme parním vlakem do Harrachova. Také se pojedeme zpátky z Harrachova do Kořenova. Cena cesty tam a zpět je pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P za 40 Kč. Pro dospělého je cena tam a zpět za 160 Kč. Je nutné s sebou mít hotovost. Poté pojedeme zpět do Liberce. Předpokládaný návrat do Liberce je ve 12:17.

15. 8. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).

19. 8. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Lenkou Gůrovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Noví zájemci nechtě se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 775 871 416).

20. 8. středa 10:00 Kurz malby s Lukášem Černým

Znovu tu máme oblíbené malování s malířem Lukášem Černým. Akce je vhodná i pro úplně začátečníky. Zájemci, nechtě se včas přihlásí.

20. 8. středa 14:00 Angličtina

Aktivita probíhá online. Lektorkou je paní Eliška Koldová. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení.

21. 8. čtvrtek 8:20 Výlet na Frýdlantskou výšinu

Sraz je v hale vlakového nádraží v Liberci v 10:20. Vlakem pojedeme do Frýdlantu v Čechách, kde si dáme oběd v restauraci Beseda a poté půjdeme cca 2 km na Frýdlantskou výšinu. Vstupné je pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P za 15 Kč, pro dospělého za 20 Kč. Je třeba s sebou mít hotovost. Zpět půjdeme na zastávku Frýdlant v Čechách, předměstí cca 1,5 km. Předpokládaný návrat do Liberce je v 16:00.

22. 8. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).

25. 8. pondělí 10:00 Zpíváme společně

Přijďte si zazpívat s kytarou a klavírem a užít si příjemně strávený čas.

26. 8. úterý 10:00 Trénink paměti

Trénink paměti s Janou Martínkovou. V tréninku paměti po telefonu si prověříte znalosti, paměť, postřeh či logické myšlení formou zábavných kvízů. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení (tel.: 736 130 590).

27. 8. středa 14:00 Angličtina

Aktivita probíhá online. Lektorkou je paní Eliška Koldová. Noví zájemci necht' se včas přihlásí a požádají o připojení.

29. 8. pátek 9:00 Horolezení v Šutru

Lezeme na umělé stěně v Šutru Liberec. Konkrétní termín lezení si domlouváte vždy individuálně přímo s instruktorkou a pracovnící TC Zuzkou Čadovou (tel.: 771 278 733).