



zadal | Odbor zdraví
grafické zpracování | Kancelář marketingu a cestovního ruchu
tisk | POINT CZ, s.r.o.
náklad | 3 000 ks
vydal | Statutární město Brno, Magistrát města Brna
únor 2021

ADRESÁŘ SENIORSKÝCH ORGANIZACÍ ve městě Brně

Obsah

1. Seniorské organizace	2
2. Kluby seniorů	23
3. Senior Pointy	37
4. Univerzity třetího věku a další vzdělávání	41
5. Sportovní aktivity a hřiště	50
6. Zajímavé odkazy	65
7. Zajímavá telefonní čísla	68

1. SENIORSKÉ ORGANIZACE



Foto: archiv Knihovna Jiřího Mahena v Brně

Akademie třetího věku v Brně, z.s.

Adresa	Míčkova 1548/59, 614 00 Brno
Kontaktní e-mail	a3v@bioetika.cz
www stránky	www.a3vbrno.cz

Hlavní činnosti:

- Cílem organizace je přispívat k přípravě občanů na stáří, šířit zásady zdravé životosprávy, prohlubovat mezigenerační vztahy, podporovat vědomí spoluodpovědnosti každého občana za vlastní zdraví, aktivní život seniorů a jejich sebevzdělávání. Pořádá vzdělávací kurzy pro osoby středního a vyššího věku zaměřené zejména na kvalitu života ve stáří. Vydává vzdělávací publikace, spravuje internetové stránky a šíří informace zaměřené na podporu tělesného, duševního, sociálního a spirituálního zdraví.

Doplňující informace:

- Organizace spolupracuje s Českou geriatrickou a gerontologickou společností a šíří geriatrické poznatky u pracovníků ve zdravotnictví i v sociální oblasti.

Centrum pro rodinu a sociální péči

Adresa	Biskupská 280/7, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	542 217 464, 731 402 731 (recepce)
Kontaktní e-mail	info@crsp.cz
www stránky	www.crsp.cz

Hlavní činnosti:

- Centrum pro rodinu a sociální péči (CRSP) je nezisková organizace, která od roku 1992 nabízí vzdělávací, volnočasové a poradenské programy pro rodiny a seniory. Zřizovatelem CRSP je Biskupství brněnské.
- CRSP podporuje aktivní život seniorů jako prevenci sociálního vyloučení ve stáří a mezigenerační aktivity.

Doplňující informace:

- Projekt TROJLÍSTEK sblížení tří generací® zprostředkovává partnerství mezi náhradními babičkami a rodinami.
- Skupinová aktivizační služba pro seniory nabízí setkávání seniorů a smysluplné trávení volného času. Náplní setkání jsou aktivity, které povzbuzují seniory ke zkvalitňování jejich života.
- Projekt Sendvičová generace – neuchopený fenomén dnešní doby upozorňuje na důležitost podpory ekonomicky aktivních dospělých středního věku, kteří se současně starají o své nezaopatřené děti i o své rodiče a patří do tzv. sendvičové generace.

Centrum volného času Botanka, p.o.

Adresa	Botanická 13, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	541 238 664, 725 871 752
Kontaktní e-mail	recepce@botanka.cz
www stránky	www.botanka.cz

Hlavní činnosti:

- Volnočasové aktivity pro děti, dospělé a seniory.
- Pro seniory na Botance – setkávání, pravidelné klubové akce pro všechny seniory. Zpívání lidových písní v doprovodu hudebního nástroje, výlety do okolí, cestovatelské přednášky, klub ručních prací, cvičení pro seniory, páteční procházky za architekturou Brna, poradna práce na počítači, tabletu a telefonu, tanec pro dámy, angličtina. Koncerty klasické hudby studentů „Mladí seniorům“ a vzdělávací přednášky na radnici Brno-střed.

Doplňující informace:

- CVČ Botanka je součástí Kulturního a vzdělávacího střediska „U Tří kohoutů“. Je to příspěvková organizace městské části Brno-střed. Nabízí pohybové, výtvarné, vzdělávací kurzy pro děti, dospělé a seniory.

Diakonie ČCE – středisko v Brně

Adresa	Hrnčířská 894/27, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	549 242 279, 734 790 995
Kontaktní e-mail	brno@diakonie.cz
www stránky	www.brno.diakonie.cz

Hlavní činnosti:

- Diakonie ČCE – středisko v Brně poskytuje podporu a pomoc seniorům a lidem s postižením tak, aby mohli žít co nejkvalitnějším způsobem života navzdory svým handicapům.

Doplňující informace:

- Diakonie ČCE Brno poskytuje seniorům Pečovatelskou službu, Centrum denních služeb v Brně a Chráněné bydlení, dobrovolnické programy pro seniory a duševně nemocné v Brně. Diakonie ČCE je také kontaktním místem České alzheimerovské společnosti v Brně.

Dům dětí a mládeže Helceletova – pobočka Kominíček

Adresa	Absolonova 20a, 624 00 Brno-Komín
Kontaktní telefon	606 110 970
Kontaktní e-mail	kominicek@helceletka.cz
www stránky	www.helceletka.cz/kominicek

Hlavní činnosti:

- Nabízíme pravidelné kroužky pro děti s doprovodem prarodičů. Pořádáme tvořivé dílničky pro seniory v centru Brna (podzimní, vánoční, velikonoční). Pořádáme keramické dílny pro seniory z Komína. Snažíme se o aktivizaci seniorů při hraní deskových her, tréninku paměti a pozornosti.

Doplňující informace:

- Spolupracujeme s místními spolky na organizaci Sportovních dnů pro seniory. Podílíme na komunitních akcích v naší

městské části, kde vždy máme připraven tvůrčí program zaměřený na seniory nebo seniory s vnoučaty.

Filiánek, z.s.

Adresa	Antonínská 18, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	724 211 264 , 728 652 335
Kontaktní e-mail	filianek@filianek.cz
www stránky	www.filianek.cz

Hlavní činnost:

- Kompenzační cvičení pro zralý věk, pobyty pro seniory, pobyty pro seniory se zdravotním znevýhodněním, vzdělávací programy.

Doplňující informace:

- Filiánek, z.s. nabízí spoustu aktivit pro seniory – volnočasové programy, vzdělávací aktivity, pobyty pro seniory i seniory s vnoučaty, pobyty pro seniory s pejsky, tréninky paměti, pravidelná kompenzační cvičení s ohledem na zdravotní potřeby seniorů, tanec pro seniory, jednorázové akce zaměřené na podporu prarodinných aktivit. Nabízíme a realizujeme dobročinné a charitativní akce s naplněním statutu veřejné prospěšnosti. Akce jsou podpořeny městem Brnem a Jiho-moravským krajem.

Klára pomáhá z.s.

Adresa	Kpt. Jaroše 1922/3, Černá Pole, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	739 525 072
Kontaktní e-mail	info@klarapomaha.cz
www stránky	www.klarapomaha.cz

Hlavní činnosti:

- Poradna pro pečující: tř. kpt. Jaroše 3 – každý pracovní den vždy po předchozí domluvě na tel.: 733 678 894 nebo e-mailem: pecujici@klarapomaha.cz

- Poradna pro pozůstalé: tř. Jaroše 3 – každý pracovní den, vždy po předchozí domluvě tel.: 733 678 894 nebo na e-mailu: pozustali@klarapomaha.cz.

Doplňující informace:

- Posláním organizace Klára pomáhá z.s. je zlepšovat kvalitu života pečujících osob, pomáhat rodinám a lidem, kteří dlouhodobě pečují o své nejbližší. Cílem je individuálně pomoci s novou životní situací, podpořit zkušenostmi a společně hledat řešení s vizí plnohodnotného života, nasměrovat pečující osobu v krátkém čase na správná místa tak, aby měla zajištěny finanční zdroje a odbornou pomoc. Při pomoci pozůstalým se zaměřujeme zejména na individuální podporu.

Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěv. organizace

Adresa	Koblišná 4, 601 50 Brno
Kontaktní telefon	542 532 164
Kontaktní e-mail	informace@kjm.cz
www stránky	www.kjm.cz

Hlavní činnosti:

- Kurzy tréninku paměti, kurzy PC gramotnosti, Klub seniorů – besedy, přednášky, exkurze, výstavy, koncerty, Půjčování her a didaktických pomůcek a Senior Point.

Doplňující informace:

- Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěvková organizace je největší veřejná městská knihovna na Moravě, druhá největší v ČR. Zřizuje ji od roku 1921 Statutární město Brno.

Krajské ředitelství policie Jihomoravského kraje, Oddělení tisku a prevence

Adresa	Kounicova 24, 611 32 Brno
Kontaktní telefon	974 622 458, 602 161 766
Kontaktní e-mail	krpb.prevence@pcr.cz

Hlavní činnosti:

- Besedy na téma prevence kriminality, předcházení trestné činnosti páchané na seniorech, besedy na téma prevence v dopravě.

Doplňující informace:

- Besedy, či přednášky lze domluvit v přednáškové místnosti preventivního pracoviště Běhounská 1, popř. mohou policisté dorazit přímo do sídla klubu seniorů. Všechny preventivní aktivity jsou zdarma.

Kulturní centrum Líšeň, p.o., Projekt Réva

Adresa	Kotlanova 7, 628 00 Brno-Líšeň (budova „Kotlanka“)
Kontaktní telefon	recepce „Kotlanky“ – 544 210 182, 731 117 114
Kontaktní e-mail	reva@kclisen.cz
www stránky	www.kclisen.cz

Hlavní činnosti:

- Klubovna pro seniory, kterou je možné zdarma využít pro seniorské aktivity a výstavy. Seniorský klub. Angličtina pro seniory. Cvičení a jóga pro seniory. Šachový klub. Tarokový klub. Klub informatiky. Rukodělné aktivity. Léková poradna. Ekologická poradna. Tematické přednášky, a to přednáškové cykly o moravské architektuře a historii umění a aktuální tematické přednášky. Mezigenerační aktivity. Kulturní a zábavný program dle aktuální nabídky.

Doplňující informace:

- Jezírko nabízí odpolední prohlídky přírodní zahrady s výkladem, kde vám představíme prvky v naší relaxační zahradě. Termín i program je třeba dohodnout předem. Areál Jezírka je veřejnosti otevřen od dubna do června a od září do října

každé pondělí od 13 do 17 hod. Návštěvníci si zde mohou samostatně prohlédnout bylinkovou spirálu, vyvýšené záhony, kořenovou čistírnu odpadních vod, jezírko či trvalkové záhony nebo plochy s přírodní sukcesí. Nově jsme vybudovali na hřišti pro děti veverčí stezku, jejíž součástí je prolézačka veverčí hnízdo. Zajímavé prvky jsou doplněny naučnými panely. V okolí Jezírka je celoročně volně přístupná Lesní naučná stezka.

Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, příspěv. organizace, pracoviště Jezírko

Adresa	č. p. 97, pošta 644 00 Brno-Soběšice
Kontaktní telefon	545 228 567
Kontaktní e-mail	jezirko@lipka.cz
www stránky	www.lipka.cz/jezirko

Hlavní činnosti:

- Pravidelné akce při příležitosti Mezinárodního dne seniorů v říjnu a akce pro seniory s názvem Léto v zahradě v červnu.

Doplňující informace:

- Jezírko nabízí odpolední prohlídky zahrady s výkladem, kde vám ukážeme a přiblížíme prvky v naší relaxační zahradě. Termín i program je třeba dohodnout předem. Areál Jezírka je veřejnosti otevřen od dubna do června a od září do října každé pondělí od 13 do 17 hod. Návštěvníci si zde mohou samostatně prohlédnout bylinkovou spirálu, vyvýšené záhony, kořenovou čistírku, jezírko či venkovní pec na chleba nebo plochy s přírodní sukcesí, různá zákoutí a zelený plot s plodonosnými keři. Zajímavé prvky jsou doplněny naučnými panely. V okolí Jezírka je celoročně volně přístupná Lesní naučná stezka.

Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, příspěv. organizace, pracoviště Kamenná

Adresa	Kamenná 20, 639 00 Brno
Kontaktní telefon	737 274 242
Kontaktní e-mail	kamenna@lipka.cz, dana.krivankova@lipka.cz
www stránky	www.lipka.cz/kamenna

Hlavní činnosti:

- Pravidelná jednoměsíční setkání seniorů a jejich vnučat v rámci cyklu s názvem Babi, dědo pojd' si hrát. Pravidelná čtrnáctidenní setkání seniorů v rámci seniorského zahradnického klubu (SENZA KLUB). Pořádáme příměstské tábory pro seniory.

Doplňující informace:

- Pracoviště Kamenná disponuje dvěma zahradami – jednou typickou městskou zahradou, kde můžete hledat inspiraci k zahradničení na malém prostoru a druhou zahradou U Řeky, která nedávno vznikla a v současné době slouží ke vzdělávání a zahradní terapii. Pro širokou veřejnost je v sezóně zdarma přístupná ve středu odpoledne od 14 do 17 hod. Na Kamennou můžete zavítat i na vzdělávací akce mimo speciální nabídku pro seniory. Pořádáme např. exkurze na zajímavá místa v okolí Brna i po celé ČR, cyklus s názvem InspiroCafé, kdy se necháváme inspirovat příběhy zajímavých osobností, nebo třeba košíkářský kroužek či zdravé vaření.

Lipka – školské zařízení pro environmentální vzdělávání Brno, příspěv. organizace, pracoviště Lipová

Adresa	Lipová 20, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	543 211 264

Kontaktní e-mail	lipova@lipka.cz
www stránky	www.lipka.cz/lipova

Hlavní činnosti:

- Kurzy zaměřené na řemesla a tvoření z přírodních materiálů a domácí výrobu různých produktů (chléb, sýry apod.), příměstský tábor pro děti s prarodiči.

Doplňující informace:

- Pracoviště Lipová má ukázkovou přírodní zahradu s možností posezení ve stínu stromů a výhledem na zahradní jezírka. Návštěvníci si zde mohou samostatně prohlédnout bylinkové, květinové a vyvýšené záhony či venkovní pec na chleba, zelené střechy a zelený plot s plodonosnými keři. Specialitou naší zahrady jsou zvukové a hmatové prvky využívané nejen při výuce dětí, ale vhodné i na hraní pro všechny věkové kategorie.

Lužánky – středisko volného času Brno, přísp. organizace

Adresa	Lidická 50, 658 12 Brno
Kontaktní telefon	549 524 111
Kontaktní e-mail	luzanky@luzanky.cz
www stránky	www.luzanky.cz

Hlavní činnosti:

- Zdravotní cvičení, pilátes a jóga. Rukodělné činnosti a tvoření, keramika, kroužky vaření a pěstitelství. Společenská setkání a akce, zaměřené na zdravý životní styl. Seniorské divadlo a divadelní představení pro celé rodiny. Mezigenerační akce a aktivity.

Doplňující informace:

- SVČ Lužánky působí na 10 místech v Brně a na každém svém pracovišti nabízejí různé aktivity, vhodné pro seniory. Jednotlivá pracoviště nabízejí také kavárny, otevřené zahrady,

knihovničky a dílny, kde mohou senioři přijít za nabídkou aktivního trávení volného času. Naším cílem je rozšiřování nabídky mezigeneračních aktivit pro rodiče, prarodiče a vnoučata, včetně zapojování seniorů do spoluvedení kroužků pro děti a mládež.

Městská policie Brno – Preventivně informační oddělení, Statutární město Brno

Adresa	Bauerova 7, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	548 210 035
Kontaktní e-mail	luboslav.fiala@mpb.cz
www stránky	www.mpb.cz

Hlavní činnosti:

- SENIOR AKADEMIE – vzdělávací, konzultační, informační a poradenské služby v oblasti prevence kriminality páchané na seniorech.

Mezigenerace, z.s.

Adresa	Klusáčkova 1, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	602 848 688
Kontaktní e-mail	info@mezigenerace.cz
www stránky	www.mezigenerace.cz

Hlavní činnosti:

- Mezigenerační občanská nauka – workshopy zaměřené na posilování občanské angažovanosti a zájmu o věci veřejné. Vytvářejí zároveň prostor pro výměnu zkušeností napříč generacemi.
- Senioři do škol – besedy aktivních seniorů na základních školách, jejichž cílem je předávat zkušenosti mladší generaci a poskytovat jim vzory, které jim často chybí. Zajímaví senioři jsou často inspirací i při volbě budoucího povolání mladých lidí.

- Volnočasové aktivity – Senioři, přijďte si hrát – sportovně zábavné akce, jejichž cílem je sblížení generací.

Národní centrum pro rodinu

Adresa	Průchodní 2, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	542 214 865, 733 598 575
Kontaktní e-mail	ncpr@volny.cz
www stránky	www.rodiny.cz

Hlavní činnosti:

- Monitorování společenských podmínek, které se vztahují k rodině, podporovat a iniciovat prorodinné aktivity, přinášet zahraniční zkušenosti v oblasti rodinné politiky i konkrétní nabídky pro rodiny, podporovat zdravé, fungující rodiny a pomáhat vytvářet prorodinné klima ve společnosti.

Doplňující informace:

- Národní centrum pro rodinu bylo založeno v r. 1996 Českou biskupskou konferencí a jeho činnost respektuje zorný úhel pohledu katolické církve. V pastorační práci se angažuje jako koordinační a informační centrum pro diecézní a regionální centra pro rodinu.

Rada seniorů České republiky, z.s., Krajská rada seniorů Jihomoravského kraje

Adresa	Malinovského náměstí 4, 602 00 Brno (Dům odborových služeb, kancelář 414)
Kontaktní telefon	532 269 414
Kontaktní e-mail	poradna.brno@rscr.cz
www stránky	www.rscr.cz

Hlavní činnosti:

- Poradna poskytuje poradenství v oblasti sociálního, občanského, rodinného a bytového práva

Doplňující informace:

- Osobní návštěvu si domluvte telefonicky na lince 532 269 414.

Rezekvítek, z.s.

Adresa	Štolcova 465/14, 618 00 Brno
Kontaktní telefon	543 216 483
Kontaktní e-mail	rezekvitek@rezekvitek.cz
www stránky	www.rezekvitek.cz

Hlavní činnosti:

- Nezisková organizace zabývající se výchovou a ochranou přírody od roku 1991. Propojuje praktickou ochranu přírody se vzděláním a prožitkem. Rezekvítek, z.s. vytváří pro seniory např. vzdělávací exkurze na chráněná území a další zajímavá místa nebo tvořivé i naučné akce.

Rodinné centrum Pastelka z.ú.

Adresa	nám. Karla IV. 4/4, 628 00 Brno
Kontaktní telefon	725 816 804
Kontaktní e-mail	info@pastelka.net
www stránky	www.pastelka.net

Hlavní činnosti:

- Spolupráce s organizací Mezi námi, o.p.s. na mezigeneračních projektech Přečti a Povídej. Ve spolupráci s KC Líšeň se zapojujeme do aktivit pro seniory v Líšni.

Doplňující informace:

- Rodinné centrum provozuje vzdělávací, volnočasové a poradenské aktivity pro rodiny, školku Pastelka, jesle MikroPastelka a organizuje jednorázové akce pro rodiče s dětmi a tradiční komunitní akce v Líšni pro širokou veřejnost.

Rodinný svaz ČR z.s.

Adresa	Průchodní 2, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	542 214 865
Kontaktní e-mail	info@rodinnysvaz.cz
www stránky	www.rodinnysvaz.cz

Hlavní činnosti:

- Cílem organizace je prosazovat a propagovat všechny pozitivní hodnoty rodiny, koordinovat činnost jednotlivých členských organizací tak, aby se mohly co nejúčinněji angažovat v oblasti rodinné politiky a rodinného života, vytvářet proro-dinné klima ve společnosti, být partnerem státním orgánům pro jednání v otázkách rodinné politiky, podporovat programy pro děti, mládež a rodiny. Podporovat programy pro manžele, osamělé rodiče a seniory, podporovat další programy naplňující poslání sdružení, zajišťovat informační službu členským organizacím.

Doplňující informace:

- Nezisková organizace založená v r. 2001, od r. 2014 zapsaný spolek. Sdružuje fyzické a právnické osoby v celé České republice, které se angažují v oblasti rodinné, manželské a dětské sociální problematiky, rodinné politiky a rodinného života.

Sdružení aktivní babičky a dědečci, z.s.

Adresa	Hlavní 125, Brno (Stará Hasička – akce)
Kontaktní telefon	602 766 618
Kontaktní e-mail	blanka.urbankova@email.cz
www stránky	www.babickysabba.cz

Hlavní činnosti:

- Cvičení pro seniory, cvičení na venkovních posilovnách, dračí lodě, diskotéky, vycházky a výlety na určitá témata, komponované podvečery se zpěvem a tancem, módní pře-

hlídky, „Psycho-hrátky“, tj. setkávání s písněmi, s humorem a nadhledem.

Doplňující informace:

- Poznáte nové lidi, projevíte svůj talent, zlepšíte si fyzické i duševní zdraví, přenesete své nadšení na rodinu, vnoučata, budete intenzivně prožívat vaše vztahy.

Sdružení obrany spotřebitelů – Asociace, z.s.

Adresa	Mečova 5, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	542 210 549, 542 210 778
Kontaktní e-mail	poradna@asociace-sos.cz
www stránky	www.asociace-sos.cz

Hlavní činnosti:

- Bezplatné poradenství pro všechny spotřebitele, besedy, semináře, školení – certifikáty, publikační činnost – články, brožury a letáky, spolupráce s médii, úřady a ministerstvy, podílení se na novelách zákonů, udílení značky kvality GOS.

Doplňující informace:

- Naši odborní poradci poradí při všech problémech v různých oblastech, např. potraviny, oblečení a obuv, telekomunikace, insolvence a exekuce, zdravotnictví – pacient spotřebitel, v oboru bydlení, dětské zboží, finance, podvody, reklamace, odstoupení od smluv a triky nepoctivých obchodníků.

Sdružení taoistického tai chi v České republice, z.s., pobočka Brno

Adresa	Gorkého 45, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	224 819 619
Kontaktní e-mail	vpv@taoist.cz, info@taoist.cz
www stránky	www.taoist.cz

Hlavní činnosti:

- Taoistické tai chi je jemné a pomalé cvičení, které pomáhá zlepšovat zdraví a duševní pohodu. V taoistickém tai chi se zaměřujeme na maximální zdravotní účinek při provádění pohybů. V pravidelných skupinách se nevěnujeme nácviku sebeobrany, učíme se vnímat své tělo a společnou prací se snažíme se o rozvíjení taoistických hodnot soucítění a pomoci druhým.

Doplňující informace:

- Cvičení je realizováno v dopoledních i odpoledních hodinách podle možností našich lektorů – dobrovolníků na třech místech v Brně – CENTRUM STTC Brno, Kulturní centrum Líšeň, Kotlanova 2163/7; tělocvična ZŠ, Svážná 9, Brno-Nový Lískovec.

Senior Pas

Adresa	Mendlovo náměstí 1a, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	725 534 865
Kontaktní e-mail	info@seniorpasy.cz
www stránky	www.seniorpasy.cz

Hlavní činnosti:

- Senior Pas je projekt, který vznikl na podporu osob od 55 let. Nabízí systém slev, které jsou směřovány nejen na aktivní život v tomto věku, ale také na pomoc při zvládnání zdravotních problémů nebo obtížnější sociální situaci.
- Projekt zapojuje seniory také do společensko-vzdělávacích aktivit, jako jsou např. semináře, komentované procházky, konference, oslavy Svátku seniorů apod. Pro držitele senior Pasu je vydáván i časopis.

Doplňující informace:

- Projekt vznikl v r. 2010 v Jihomoravském kraji a postupně se rozvíjel po celé ČR. Kartu Senior Pas nyní vlastní 310 000 držitelů, z toho 152 000 držitelů v Jihomoravském kraji. Slevy mohou senioři využívat u 2 700 poskytovatelů v rámci celé ČR.

Spokojený senior – KLAS z.s.

Adresa	Biskupská 280/7, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	730 805 857, 518 328 813
Kontaktní e-mail	info@spokojenysenior-klas.cz
www stránky	www.spokojenysenior-klas.cz

Hlavní činnosti:

- Vzdělávání a metodická podpora pro animátory KLAS a vedoucí klubu seniorů.
- Vzdělávání a metodická podpora pro vedoucí farních společenství seniorů.
- Jazykové kurzy anglického a německého jazyka pro seniory.
- Mobilní počítačová učebna – kurz ovládání notebooku či tabletu realizovaný v místě bydliště seniorů.
- Počítačové kurzy, Kurz tablet krok za krokem, Chytré a právní poradenství, Trénink paměti, Posilovna paměti, Zdravotní a rehabilitační cvičení, Akce pro veřejnost, Jednodenní vzdělávací semináře, poskytování značky „Spokojený senior®“ obcím či organizacím, které prokazují vstřícný proseniorský přístup, realizace klubových setkání KLAS – KLUB AKTIVNÍCH SENIORŮ®.

Doplňující informace:

- Posláním Spolku je přispívat ke zkvalitňování života seniorů, především v jejich přirozeném prostředí, podporovat důstojné a aktivně prožívané stáří, iniciovat budování veřejných služeb pro seniory, často v návaznosti na dobrou praxi v místě. Důležitá je i podpora mezigeneračních aktivit a solidarity.

Společně, o.p.s.

Adresa	Mendlovo náměstí 1a, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	543 212 870
Kontaktní e-mail	info@spolecne.info

Hlavní činnosti:

- Podpora a rozvoj aktivit na podporu rodinného života a to nejen rodin s dětmi ale i seniorů.
- Realizace projektu Senior Point – nabídka volnočasových a kulturních, kde si aktivít, místo přátelské k seniorům.
- Pořádání přednášek a besed na témata spojená s bezpečností, prevencí a zdravým životním stylem, zvyšování finanční gramotnosti občanů, zejména seniorů.
- Spolupráce při rozvoji a propagaci projektů Rodinné pasy a Senior pasy.

Doplňující informace:

- Realizace dotačních titulů a komplexní poradenství v oblasti strukturálních fondů a získávání dotací z evropských strukturálních fondů.

Spolek seniorů Brno-Chrlice

Adresa	Rebešovická 144/17, 643 00 Brno
Kontaktní telefon	736 675 175
Kontaktní e-mail	zadakova.hanka@seznam.cz

Hlavní činnosti:

- Spolek je založen, aby svojí hlavní činností uspokojoval a chránil společné zájmy svých členů.

Doplňující informace:

- Především se spolek zaměřuje na tvorbu náplně volného času seniorů v oblasti kultury a zájmové činnosti; organizování volného času členů spolku; pořádání společných akcí – besed, zábav, zájezdů.

Střední škola informatiky, poštovníctví a finančnictví Brno, přísp. organizace – Informovaný senior

Adresa	Čichnova 24, 623 00 Brno
Kontaktní telefon	541 123 148
Kontaktní e-mail	milan.kucera@cichnovabrno.cz
www stránky	www.cichnovabrno.cz

Hlavní činnosti:

- Vzdělávání žáků, studentů a seniorů.

Doplňující informace:

- Střední škola informatiky, poštovníctví a finančnictví Brno nabízí občanské veřejnosti ve věku nad 50 let vzdělávací akce např. PC kurzy, rukodělné semináře, jazykové kurzy, semináře na různé téma.

Senioři ČR, z.s., Městská organizace Brno

Adresa	Běhounská 17, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	545 575 257
Kontaktní e-mail	svaz.duchodcu.brno@seznam.cz
www stránky	www.duchodcibrno.cz

Hlavní činnosti:

- Sdružení v rámci zájmové činnosti organizuje společenská odpoledne s hudbou a tancem, poznávací i pobytové zájezdy, vycházky do okolí Brna, besedy s hudbou v domovech pro seniory, besedy s hudbou pro jubilanty a taneční odpoledne. Dále sdružení vydává časopis Brněnský senior, který je určen především seniorům v městě Brně, ale v případě zájmu je rozeslán i mimo Brno. Sdružení poskytuje právní poradenství svým členům zejména v oblasti sociálně-právní, občansko-právní a bytové.

Doplňující informace:

- Členem se může stát každý občan, který souhlasí se stanovami spolku Senioři ČR. Na základě vyplněné přihlášky je žadateli vystaven členský průkaz, který opravňuje majitele k návštěvě všech akcí pořádaných městskou organizací Brno a využívat služby, které městská organizace Brno pro své členy zabezpečuje.

Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR, z.s., Centrum denních služeb pro sluchově postižené Brno, p.s.

Adresa	Vodova 1391/35, 612 00 Brno
Kontaktní telefon	777 912 933
Kontaktní e-mail	cds.brno@seznam.cz
www stránky	www.cds-brno.cz

Hlavní činnosti:

- Hlavní činností organizace je poskytovat poradenské a sociální aktivizační služby neslyšícím, nedoslýchavým a ohlučným osobám.

Doplňující informace:

- Svaz pořádá pravidelné a mimořádné společenské akce pro seniory se sluchovým postižením. Organizuje i víceúčelové kurzy pro seniory se sluchovým postižením.

Unie pečujících, z.s.

Adresa	tř. Kpt. Jaroše 3, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	733 678 890
Kontaktní e-mail	info@uniepecujicich.cz
www stránky	www.uniepecujicich.cz

Hlavní činnosti:

- Obhajoba práv neformálních pečujících osob, osvěta (mezi laickou i odbornou veřejností i samotnými pečujícími), zlepšení postavení neformálních pečujících.

Doplňující informace:

- Unie pečujících z.s. je otevřená komunita těch, kteří se chtějí podílet na podpoře pečujících osob. Byla založena samotnými pečujícími, lidmi, kteří chtějí a potřebují změnu. Setkávání seniorů, semináře, poradenství.

Večernice z.s.

Adresa	Veletržní 9, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	607 659 654 – předsedkyně, jednatelka MVDr. Pavla Hobstová
Kontaktní e-mail	vecernice50@centrum.cz hobstova@centrum.cz
www stránky	www.vecernice50.cz

Hlavní činnosti:

- Sdružujeme starší ženy, sledujeme své dobré zdraví a fyzickou kondici. Obojí je podmínkou naší soběstačnosti do vysokého věku. Společné sdílení kultury, výletů do přírody. Nebráníme se přijímání společenských změn a připravíme se i na důsledky.

Doplňující informace:

- Cíl: aktivita, zdraví, vzdělanost.
- Současné projekty: kurzy – Jóga pro babičky, Jóga XXL, 50+, Jóga u moře.
- Cílová skupina: babičky, ženy 50+, ženy znevýhodněné zdravotně, věkově nebo sociálně, senioři.

2. KLUBY SENIORŮ



Foto: archiv Svaz důchodců ČR, Městská organizace Brno

Brno-Bohunice

Adresa	Dlouhá 3, 625 00 Brno (prostřednictvím Odboru sociálního)
Kontaktní osoba	p. Marta Dvořáková
Kontaktní telefon	547 423 835

Brno-Bosonohy

Senior klub Bosonohy

Kontaktní osoba	p. Milada Olejníková – předsedkyně
Kontaktní telefon	607 114 079
Kontaktní e-mail	olejnikhonza@seznam.cz
www stránky	www.senior.mzf.cz

Brno-Bystrc

Bystrcký klub seniorů (p. Štefan Kandalec – předseda)

Adresa	Odbojářská 2, 635 00 Brno (Odbor kultury – Společenské centrum)
Kontaktní telefon	608 750 477
Kontaktní e-mail	stevekc@seznam.cz

Klub seniorů Od sv. Janů (pí. Marie Borisová – předsedkyně)

Adresa	Odbojářská 2, 635 00 Brno, ÚMČ Brno-Bystrc (Odbor kultury – Společenské centrum)
Kontaktní telefon	724 285 650

Brno-Černovice

Senior Point a Senior klub zároveň

Adresa	Charbulova 38, 618 00 Brno (v traktu naproti knihovně)
Kontaktní telefon	722 933 066
Kontaktní e-mail	cernovice@seniorpointy.cz

Pondělí: 10.00–12.00 a 15.00–18.00 hod.

Středa: 15.00–18.00 hod.

Brno-Chrlice

Adresa	Chrlické nám. 4, 643 00 Brno
Kontaktní telefon	545 427 211
Kontaktní e-mail	info@chrlice.brno.cz
www stránky	www.chrlice.brno.cz

Klub důchodců byl založen v roce 1969, první dokumentace z roku 1990. Spolek má 64 členů. Členské schůze s osvětovými přednáškami, pořádání zájezdů, společenské zábavy, navázání spolupráce s důchodci obce Krajné (Slovenská republika).

Brno-Ivanovice

Adresa	Mácova 3, 621 00 Brno
--------	-----------------------

Informace o termínech a programu jsou vždy ve skříňce Klubu důchodců mezi zastávkou MHD „Kouty“ a budovou ÚMČ Brno-Ivanovice.

Brno-Jehnice

Klub důchodců Brno-Jehnice

Kontaktní osoba	p. Miroslav Polák
Kontaktní telefon	541 237 049

Kontaktní e-mail	541237049@seznam.cz
------------------	---------------------

Klub byl založen více než před 10-ti lety. Pravidelně se scházíme každý druhý čtvrtek v měsíci v salonku restaurace jehnického Obecního domu. Kromě schůzek navštěvujeme některé zajímavé brněnské výstavy, občas filmové či divadelní představení, absolvujeme vycházky, zakončené opékáním špekáčků a pod., pořádáme přednášky, každoročně uspořádáme tři až čtyři jednodenní zájezdy do zajímavých míst v ČR, event. v blízkém okolí naší republiky. Mimo uvedeného se také skupina našich důchodkyň pravidelně zúčastňuje každý týden cvičení v naší základní škole. Cvičení vede opět jedna z našich členek. Mimo vyjmenovaného však považujeme za největší přínos existence našeho klubu vzájemné se poznávání, mnohdy až „sousedské“, což se projevuje nejen na společných akcích, ale také i při náhodných setkáních, např. v MHD.

Brno-jih

Komárov

Adresa	Tuháčkova 25, 617 00 Brno
Kontaktní osoba	p. Anna Krejčíková
Kontaktní telefon	776 163 338

Klubová setkání se konají každé liché pondělí: 15.00–17.00 hod. v jídelně ZŠ.

Heršpice a Přízřenice

Adresa	Mariánské náměstí 13, 617 00 Brno
Kontaktní osoba	p. Jitka Tesařová
Kontaktní telefon	702 934 884

Klubová setkání se konají každou středu: 13.30–16.00 hod. v zasedací místnosti radnice.

Brno-Kníničky

Klub aktivních seniorů

Kontaktní osoba	Ing Věra Kubíková
Kontaktní telefon	546 221 550 (Úřad MČ)
www stránky	www.kninicky.eu

Scházíme se dvakrát za měsíc v přístavbě tělocvičny (Krček). Každá schůzka má plánovaný program, který sestává z předem daného tématu ve formě informací a diskuse, déle tréninku paměti, psychomotoriky, cvičení a různých technik ručních prací. Vše je ale vedeno tak, aby se účastníci společně bavili, něco málo se třeba dozvěděli, hlavně aby se setkali s přáteli.

Brno-Kohoutovice

Klub seniorů (při MČ Brno-Kohoutovice)

Adresa	Libušina třída 27, 623 00 Brno
Kontaktní e-mail	seniori.kohoutovice@seznam.cz

Svoji činnost senioři zaměřují na poznávací zájezdy, výlety a vycházky, rehabilitační cvičení, besedy a přednášky se zdravotní tematikou. Postupně se činnost a aktivity klubu seniorů rozšiřují o pravidelná hudební odpoledne, besedy s cestovateli s promítáním prezentací a fotografií, vzniká kroužek společenských her a kroužek historie, kroužek zpěváků, kroužek country tance, je organizováno plavání a rehabilitační cvičení. V rámci vzdělávání seniorů se klubu podařilo zajistit bezplatný kurz práce s počítačem a internetem. Přihlášky je možné získat vždy na hudebním odpoledni, podmínkou je trvalé bydliště v Kohoutovicích a důchodový věk. Pravidelné informace o činnosti klubu uvádíme na stránkách Kohoutovického Kurýra.

Klub křesťanských seniorů

Adresa	Bašného 40, 623 00 Brno
Kontaktní osoba	p. Anna Kyseláková

Kontaktní telefon	530 330 375
Kontaktní e-mail	seniori@kaplekohoutovice.cz
www stránky	http://seniori.kaplekohoutovice.cz

Cílem klubu křesťanských seniorů je shromáždit křesťansky smýšlející seniory z Kohoutovic a napomáhat ke zlepšení jejich kulturního, společenského a duchovního vyžití. Senioři se scházejí pravidelně vždy poslední neděli v měsíci v 17.00 hod. (v zimním období v 16.00 hod.) v klubovně na ul. Bašného č. 40. Zde je nabízen hodnotný a zajímavý program nejen s křesťanskou tematikou: besedy s pozvanými hosty na různá témata, pořádáme přednášky a promítání filmů, nabízíme možnost zájezdů s poutním i poznávacím programem, společné návštěvy kulturních zařízení, nebo vycházky po Brně a okolí. Pravidelné informace o činnosti klubu rovněž uvádíme na stránkách Kohoutovického Kurýra.

Brno-Komín

Klub aktivních seniorů

Adresa	Úřad městské části Brno-Komín, Vavřínecká 15, 624 00 Brno-Komín
Kontaktní osoba	Alice Kulhánková
Kontaktní telefon	778 705 182, 541 428 180
Kontaktní e-mail	seniorklub.komin@seznam.cz
www stránky	www.brno-komin.cz

Aktuální program Klubu seniorů je pravidelně zveřejněn ve Zpravodaji městské části Brno-Komín a na www.brno-komin.cz

Brno-Královo Pole

Klub seniorů při DPS

Adresa	Kartouzská 14, 612 00 brno
--------	----------------------------

Senioři se pravidelně scházejí v pondělí – p. Čipová, úterý – p. Ra-

dová a v pátek – p. Brückner, ve středu a čtvrtek se v klubu pořádají různé besedy, cvičení a zpívání, členové navštěvují společně divadla, kina, pořádají různé zájezdy, chodí na výlety, společně oslavují svátek jara, den seniorů, vánoční svátky...

Brno-Líšeň

Klub seniorů Líšeň

Adresa	Kosíkova 2337/11, 628 00 Brno
Kontaktní osoba	p. Blanka Tuscherová
Kontaktní telefon	731 600 483

Zájemci o členství v KS se mohou přihlásit každé úterý v sále ÚMČ Jírova. Informace o divadelních představeních a zájezdech rovněž každé úterý v sále ÚMČ.

Brno-Maloměřice a Obřany

Senior klub Maloměřice

Adresa	Selská 66, 614 00 Brno
--------	------------------------

každý čtvrtek v zasedací místnosti ÚMČ (zadní trakt)

Senior klub Obřany

Adresa	Hlaváčova 20, Brno
--------	--------------------

každou středu v Orlovně

Brno-Medlánky

Kontaktní osoba	p. Vespalcová
Kontaktní telefon	538 706 252
www stránky	www.medlanky.cz

Klub důchodců se schází každou středu od 17.00–18.00 hod. na zdravotním cvičení pro seniory v SC Sýpka a následné schůzce klubu. Každou sobotu se koná vycházka klubu. Sraz účastníků je 8.45 hod. na zastávce autobusu před ÚMČ Hudcova 7, od-

kud se vychází. Dvakrát do roka organizuje klub jednodenní zájezd pro zájemce a dvakrát do roka také i návštěvu divadelního představení.

Brno-Nový Lískovec

Senior klub Nový Lískovec

Adresa	Oblá 51c, 634 00 Brno (Domeček)
Kontaktní osoba	p. Havránková
Kontaktní telefon	547 241 416

Schází se každé úterý od 14.00 do 16.00 hod. V klubovně – zájmová činnost.

Brno-Ořešín

Adresa	Ronovská 20/10, 621 00 Brno
Kontaktní telefon	541 237 257
Kontaktní e-mail	info@oresin.brno.cz

Klub seniorů se schází každé druhé úterý v měsíci (termíny a místo konání budou upřesněny dle zájmu).

Brno-Řečkovice a Mokrá Hora

Kontaktní osoba	p. Božena Trnková, budova ÚMČ, přízemí, dveře č. 86
Kontaktní telefon	541 421 723

Kluby důchodců:

- na ulici Kořenského 23a;
- na ulici Hapalově 20 (v objektu Naděje);
- klub důchodců Mokrá Hora, který se schází také na ulici Hapalově č. 20.

Činnosti si důchodci organizují podle svých zájmů. Jedná se zejména o cestopisné přednášky s promítáním, jednodenní zájez-

dy po památkách a zajímavostech v ČR. Není třeba se registrovat, klub může navštívit každý důchodce z naší městské části. Informace o přednáškách a zájezdech jsou vždy v předstihu uveřejněna ve zpravodaji ŘEČ.

Klub aktivních seniorů

Schází se v budově úřadu. Činnost se skládá zejména z trénování paměti, psychomotoriky, tanců v sedě. Počet účastníků je omezený.

Brno-sever

Kontaktní osoba	Mgr. Jan Priessnitz (referent rodinné politiky)
Kontaktní telefon	545 542 140, 770 144 284
Kontaktní e-mail	priessnitz.jan@sever.brno.cz

Seniorklub, Ibsenova 2, Brno-Lesná – přednášky, pravidelné úterky od 15.30 hod. v klubovně.

Klub seniorů, Šrámkova 2, Brno – klubovna Ibsenova 2

Klub seniorů „Černopolní“, Erbenova 6, Brno – dva kluby, schází se dvakrát měsíčně.

Brno-Slatina

Senioři České republiky, z. s., ZO Brno-Slatina

Adresa	Přemyslovo náměstí 18, 627 00 Brno
Kontaktní osoba	p. Jiří Čížek
Kontaktní telefon	608 342 830
Kontaktní e-mail	jirka08377@seznam.cz

Slatinský Klub seniorů pořádá pro členy pravidelné aktivity – čaje, besedy, přednášky, vycházky, návštěvy divadel a výstav, odpolední zpívání a podobně. Mimoto organizuje léčebné a poznávací zájezdy. Při organizaci společenských aktivit (Den seniorů, Tvořivé dílny, Den matek...) spolupracuje s MČ Brno-Slatina,

DDM Helceletka, z. s. Klubíčko a v rámci udržování mezigeneračních vztahů i s mateřským školami.

Brno-Starý Lískovec

Klub důchodců

Adresa	Kosmonautů 4, Brno
Kontaktní osoba	p. František Maršálek

Místní organizace SDČR o. s., Brno-Starý Lískovec

Adresa	Kosmonautů 4, Brno
Kontaktní osoba	p. Libuše Medková

Brno-střed

ÚMČ – Odbor sociální a zdravotní

Adresa	Měniňská 4, 602 00 Brno
Kontaktní osoba	Bronislava Makaryszynová, 1. patro, dveře č. 106
Kontaktní telefon	542 526 211

Klub seniorů na Botance

Setkávání seniorů na Botance, pravidelné klubové akce pro všechny seniory. Kontakt: recepce@botanka.cz, tel: 725 871 752.

Klub seniorů na ul. Křenová 39

Klub se nachází v areálu domu s pečovatelskou službou, v centru města Brna, v lokalitě dobře dostupné prostředky MHD. V klubu se scházejí muži i ženy v počtu cca 30 k přátelskému posezení se zpěvem, tancem, věnují se karetním a jiným společenským hrám. Návštěvníci klubu zde pořádají oslavy svých životních jubileí, posezení u příležitosti vánočních nebo velikonočních svátků, zájezdy. Senioři klub navštěvují obvykle každé úterý cca od 13.30 do 18.00 hod., jiné dny po domluvě.

Klub seniorů na ul. Václavská 3

Klub se nachází v centru města Brna, v lokalitě dobře dostupné prostředky MHD.

Klub hojně navštěvují muži i ženy v počtu cca 40–50 seniorů. V rámci klubu jsou organizovány výlety, zájezdy, společná setkání, zdravotní tělocvik, příležitostně i vystoupení dětí z MŠ. Seniori klub navštěvují obvykle každé pondělí, úterý a čtvrtek cca od 14.00 do 17.00 hod., jiné dny po domluvě.

Knihovna Jiřího Mahena v Brně, příspěvková organizace

Adresa	Kobližná 4, 601 50 Brno
Kontaktní osoba	Jana Šubrová
Kontaktní telefon	542 532 140
Kontaktní e-mail	subrova@kjm.cz

Zájemcům nabízí minimálně 1x za měsíc pravidelná setkávání – besedy, přednášky, vycházky, exkurze, setkávání se známými osobnostmi z kulturního života, instruktážní zdravotní cvičení, výtvarné dílny, hry na podporu paměti apod. Podmínkou členství v klubu a účasti na jeho aktivitách je platná čtenářská registrace na kterémkoliv provozu KJM a zaplacení ročního klubového poplatku 50 Kč.

KLAS – klub aktivních seniorů

Adresa	Biskupská 280/7, 602 00 Brno
Kontaktní osoba	Mgr. Tereza Kozderová, DiS.
Kontaktní e-mail	info@spokojenysenior-klas.cz
Kontaktní telefon	730 805 857

Seniorům nabízíme unikátní aktivizační program. Setkání obsahuje čtyři vzájemně propojené části zaměřené na určité téma. Jedná se o trénink paměti, trénink psychomotoriky, nácvik kompetencí a psychohygienu. Setkání doplňují vycházky a výtvarná činnost. Program pomáhá udržovat seniory v jejich samostatnosti a soběstačnosti, slouží k hledání odpovědí na duchovní či morální otázky, pro účastníky je zdrojem vzájemného obo-

hacení. KLAS není školou. Nejdůležitější je, aby se účastníci cítili dobře, aby se pobavili, zasmáli a hlavně nenásilnou formou něco naučili. KLAS KLUB AKTIVNÍCH SENIORŮ® se schází jednou týdně a to ve čtyřech skupinách (pondělí, úterý a středa).

Brno-Tuřany

Senioři ČR, ZO Brno-Tuřany

Kontaktní osoba	p. Miroslav Musil
Kontaktní telefon	721 101 673
Kontaktní e-amíl	musil.miroslav@seznam.cz

Brno-Vinohrady

Senior klub Brno-Vinohrady

Adresa	Bzenecká 19, 628 00 Brno
Kontaktní osoba	Ing. Luděk Hodbod'
Kontaktní telefon	602 169 899 (736 457 381)
Kontaktní e-mail	luhod@seznam.cz
www stránky	www.vinohrady.brno.cz/organizace/senior-klub

Senioři se tradičně scházejí v klubovně každé úterý a čtvrtek kolem 14.30 hod., klubové akce začínají zpravidla v 15.00 hod. Program Senior klubu je zveřejňován každý měsíc ve vinohradském INFORMU a od roku 2010 i na webových stránkách ÚMČ Brno – Vinohrady. Aktivity Senior klubu jsou rozmanité – zahrnují nejen naučné i zábavné přednášky o historii, hudbě, knihách, sportu, cizích zemích apod., ale i akce, do nichž se aktivně zapojují všichni přítomní účastníci. Z nich lze připomenout např. masopustní či mikulášskou besídku, blahopřání ženám k MDŽ, předvánoční posezení, vycházky do „Sherwoodu“ atd. Kromě úterků a čtvrtků v klubovně mají již několikaletou tradici pravidelná pondělní cvičení pro seniory ve společenském sále a páteční kurz počítačové gramotnosti pro seniory na počítačo-

vé učebně ZŠ Mutěnická.

V klubových prostorách probíhají také schůzky Šachového oddílu (každý pátek od 18 hod.) a pracovní schůzky tvůrkyň výrobků patchworku (třetí sobota v měsíci). Kromě toho organizujeme konverzační kurzy angličtiny pro seniory (čtvrtek dopoledne).

Brno-Žabovřesky

Svaz důchodců ČR – místní organizace

Kontaktní osoba	p. Petr Kalábek
Kontaktní telefon	549 254 675, 731 781 902
Kontaktní e-mail	p.kalabek@centrum.cz

Brno-Žebětín

Klub důchodců

Adresa	Chrpová 3, 641 00 Brno
Kontaktní osoba	p. Josef Vědra – předseda
Kontaktní telefon	546 217 582

Brno-Židenice

Kontaktní osoba	p. Jarmila Ambrožová – předsedkyně, koordinátorka programů a KLASu
Kontaktní telefon	608 932 473
Kontaktní e-mail	jarmila.ambrozova@seznam.cz
Kontaktní osoba	p. Jitka Schmidtová – koordinátor provozu
Kontaktní telefon	603 970 017
Kontaktní e-mail	j.schmidtova@volny.cz

Klub seniorů v Brně – Židenicích se každý den schází k různým aktivitám v Denním centru, Táborská 171.

Mezi pravidelné aktivity patří zpívání, výuka angličtiny na různě

ném stupni znalostí a přednášky pro veřejnost na různá témata, trénink paměti, KLAS (Klub aktivních seniorů) se spoustou zajímavých akcí, výuka němčiny, právní poradna, exkurze, zájezdy výlety, tvoření a pod.

3. SENIOR POINTY



Foto: archiv Společně o.p.s.

Senior Pointy jsou kontaktní místa, přátelská seniorům. Své služby poskytuje seniorům zdarma v 8 krajích České republiky. Spolupracuje s odbornými partnery, kteří garantují správnost poskytovaných informací a zajišťují přednáškovou činnost v jednotlivých lokalitách. Projekt realizuje Společně, o.p.s.

www.seniorpointy.cz

Co v Senior Pointech najdete:

- vyškolenou a ochotnou obsluhu, která Vám pomůže najít potřebné údaje,
- sociálně-právní poradnu (na objednání, zpravidla 1–2x měsíčně),
- spotřebitelskou poradnu (pouze vybrané Senior Pointy),
- informace z oblasti bezpečnosti, prevence a sociální oblasti,
- klidné a přátelské prostředí a prostor k popovídání si,
- možnost registrace do slevové sítě Senior Pas,
- posezení s občerstvením (káva, voda, čaj),
- přístup k počítači s internetem,
- nabídku volnočasových aktivit.

Kontaktní centrum Senior Point

Adresa	Mendlovo nám. 1a, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	543 212 870
Kontaktní e-mail	info@seniorpointy.cz, brno@seniorpointy.cz
Otevírací doba	pondělí 8.00–17.00 hod. úterý 9.00–12.00 hod. sociálně-právní poradna (pouze na objednání) středa 8.00–17.00 hod. čtvrtek 8.00–17.00 hod. pátek 8.00–17.00 hod.

Senior Point Brno, Černovice

Adresa	Charbulova 38, 618 00 Brno
Kontaktní telefon	722 933 066
Kontaktní e-mail	cernovice@seniorpointy.cz
Otevírací doba	pondělí 10.00–12.00 15.00–18.00 hod. středa 15.00–18.00 hod.

Senior Point Brno, Kobližná – Knihovna Jiřího Mahena

Adresa	Kobližná 4, 601 50 Brno
Kontaktní telefon	542 532 111
Kontaktní e-mail	kjm@kjm.cz
Otevírací doba	pondělí–pátek 8.00–18.00 hod.

Senior Point Brno, Královo Pole

Adresa	Kartouzská 14, 612 00 Brno
Kontaktní telefon	602 521 353
Kontaktní e-mail	krpole@seniorpointy.cz
Otevírací doba	pondělí 10.00–12.00 hod. úterý 10.00–12.00 hod. čtvrtek 10.00–12.00 hod.

Senior Point Brno, Lesná

Adresa	Okružní 21, 638 00 Brno
Kontaktní telefon	797 726 225
Kontaktní e-mail	lesna@seniorpoint.cz
www stránky	www.ksomega.cz/family-a-senior-point
Otevírací doba	pondělí 9.00–12.00 13.00–17.00 hod. středa 9.00–13.00 hod.

Senior Point Brno, Židenice

Adresa	Táborská 171, 615 00 Brno
Kontaktní telefon	777 480 330
Kontaktní e-mail	zidenice@seniorpointy.cz
Otevírací doba	pondělí 9.00–12.00 hod. středa 9.00–12.00 hod.

4.

UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU A DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ



Foto: archiv Masarykova univerzita

Akademie třetího věku v Brně, z.s.

Adresa	Míčkova 1548/59, 614 00 Brno
Kontaktní e-mail	a3v@bioetika.cz
www stránky	www.a3vbrno.cz

Hlavní činnost:

- Cílem organizace je přispívat k přípravě občanů na stáří, šířit zásady zdravé životosprávy, prohlubovat mezigenerační vztahy, podporovat vědomí spoluodpovědnosti každého občana za vlastní zdraví, aktivní život seniorů a jejich sebevzdělávání. Pořádá vzdělávací kurzy pro osoby středního a vyššího věku zaměřené zejména na kvalitu života ve stáří. Vydává vzdělávací publikace, spravuje internetové stránky a šíří informace zaměřené na podporu tělesného, duševního, sociálního a spirituálního zdraví.

Doplňující informace:

- Organizace spolupracuje s Českou geriatrickou a gerontologickou společností a šíří geriatrické poznatky u pracovníků ve zdravotnictví i v sociální oblasti.

Divadelní fakulta JAMU v Brně – Univerzita třetího věku

Adresa	Mozartova 1, 662 15 Brno
Kontaktní telefon	542 591 300
Kontaktní e-mail	difa@jamu.cz
www stránky	www.difa.jamu.cz

Doplňující informace:

- Východiskem programu U3V je akreditovaný studijní program Dramatická umění na DIFA JAMU, který je realizován na úrovni všech tří studijních stupňů – tedy bakalářského, magisterského a doktorského.
- Cílem programu U3V bude podobně jako v minulých cyklech poskytnout jeho posluchačům nejen cestu k poznání prame-

nů divadelního umění v různých historických údobích, ale zároveň ji živě propojovat s problematikou hledání a naplnění smyslu divadla v moderní společnosti. Výuka cyklu je uskutečňována od ledna do prosince s výjimkou července, srpna a září.

Knihovna Jiřího Mahena v Brně – Kulturní akademie třetího věku

Adresa	Kobližná 4, 601 50 Brno
Kontaktní e-mail	akademie@hvezdarna.cz
www stránky	www.kjm.cz/ka3v2015

Kulturní akademie třetího věku probíhá ve spolupráci:

- Dům umění města Brna
- Filharmonie Brno
- Hvězdárna a planetárium Brno
- Knihovna Jiřího Mahena v Brně
- Moravská galerie v Brně
- Muzeum města Brna

Doplňující informace:

- Akademie je určena pro všechny milovníky historie a brněnské kultury vůbec ve věku 55+ bez zvláštních nároků na vzdělání. Přednášky probíhají pokaždé na jiném místě, vždy v prostorách pořádajících organizací. Účastníci obdrží po zaplacení přesné instrukce. Přihlášky se přijímají v Zákaznickém centru Knihovny Jiřího Mahena na ulici Kobližná 4.

Masarykova univerzita – Univerzita třetího věku

Adresa	Komenského nám. 2, 601 77 Brno
Kontaktní telefon	549 498 141
Kontaktní e-mail	u3v@rect.muni.cz
www stránky	www.u3v.muni.cz

Hlavní činnost:

- Základním posláním U3V je otevření univerzitních zdrojů poznatků, vědomostí a dovedností pro osoby seniorského věku.
- Cílem U3V je nejen prohlubovat dosavadní vědomosti, ale také prezentovat nové poznatky, obory a technologie, které jsou jinak seniorům nepřístupné. Účastníkem programu U3V může být osoba, která dosáhla věku potřebného pro přiznání starobního důchodu a má úplné středoškolské vzdělání s maturitou. Výuka v rámci dlouhodobých kurzů probíhá formou přednášek, případně cvičení, seminářů, exkurzí. Jednotlivé přednášky trvají 2 vyučovací hodiny a konají se jedenkrát za čtrnáct dnů od září do května.

Doplňující informace:

- Masarykova univerzita nabízí všem seniorům, kteří si chtějí rozšířit svůj přehled a vědomosti z nejrůznějších vědních oborů všeobecné zaměření kurz. Na jeho koncepci a obsahu se podílejí jednotlivé fakulty MU, čímž je zaručen víceoborový charakter. Senioři se mohou také hlásit do kurzu, který je nazván Uměním, objednavatelé a umělecký styl v dějinách, a zabývá se výkladem vybraných uměleckých děl v okolnostech jejich vznikání a v kontextu jejich působení. Atraktivní jsou rovněž jednoleté kurzy Kulturní dědictví a památková péče na Moravě (ve spolupráci s Národním památkovým ústavem) nebo Univerzita třetího věku v Moravském zemském muzeu.

Univerzita třetího věku, Institut celoživotního vzdělání, Mendelova univerzita v Brně (U3V MENDELU)

Adresa	Zemědělská 5, 613 00 Brno
Kontaktní telefon	545 135 204/6
Kontaktní e-mail	u3v.icv@mendelu.cz

Hlavní činnost:

- Univerzita třetího věku MENDELU funguje od roku 2003 a nabízí zájmové vzdělávání seniorům. Jedná se o smysluplnou formu trávení volného času, při které dochází k rozšiřování znalostí a dovedností a sdílení těch stávajících. Podstatnou součástí studia na U3V je kromě získání nových znalostí a dovedností, podpora aktivního stárnutí a sociálního života – prohlubují se přátelství a vznikají nová.
- Univerzita třetího věku MENDELU nabízí zájemcům víceleté studium, které zahrnuje přednášky na témata klíčových oborů všech fakult MENDELU, tj. Agronomické fakulty, Lesnické a dřevařské fakulty, Provozně ekonomické fakulty, Zahradnické fakulty, Fakulty regionálního rozvoje a mezinárodních studií a Institutu celoživotního vzdělávání. Odborné přednášky trvají tři vyučovací hodiny a konají se jednou za týden nebo jednou za dva týdny v období od října/listopadu do května. Teoreticky zaměřené přednášky jsou doplněny o terénní cvičení a exkurze, pro které jsou využívána celoškolská pracoviště jako např. arboretum a botanická zahrada, školní lesní podnik, školní zemědělský podnik, pekárna, pivovar nebo masný provoz. Základní studium je nabízeno v rozsahu tří let (6 semestrů). Po jeho absolvování mohou posluchači pokračovat ve dvouletém studiu (4 semestry), které svým obsahem navazuje na studium tříleté. Posluchači se rovněž mohou přihlásit na jednoleté studium (2 semestry), které se hlouběji věnuje tématům obsaženým v základním studiu. Konkrétně se jedná o studia Zahrada a zdraví, Naše zahrádka, Člověk a společnost, Člověk a fauna, Člověk a svět, Člověk a politika, Stromy, les a krajina aneb jak a proč pěstovat stromy a les, Léčivé, aromatické a kořeninové rostliny a Historie brněnského podzemí. Ke komplexnosti vzdělání slouží oblíbené semestrální studium, které odráží dílčí zaměření jednotlivých fakult a dalších pracovišť MENDELU, např. Aran-

žování a tvorba dekorací, výuka cizích jazyků nebo pilates. Výjimkou nejsou ani návštěvy partnerských univerzit třetího věku v okolních státech.

Doplňující informace:

- Studium na U3V MENDELU je určené pro občany ve věku 50 let a více nebo pro občany v plném invalidním důchodu, kteří se mohou stát posluchači U3V MENDELU bez ohledu na věkovou hranici. Maturitní zkouška není podmínkou pro přijetí ke studiu na U3V MENDELU. Mimo studium samotné se posluchači mohou zapojit také do činnosti Klubu U3V, který pořádá řadu velmi zajímavých přednášek, exkurzí či workshopů.

Městská policie Brno – Preventivně informační oddělení – Senior Akademie

Adresa	Bauerova 7, Brno (areál Dopravního hřiště Riviéra)
Kontaktní telefon	548 210 035
Kontaktní e-mail	luboslav.fiala@mpb.cz
www stránky	www.mpb.cz/seniori/senior-akademie

Doplňující informace:

- Senior akademie je speciální studijní program ve formátu celoživotního vzdělávání (obdoba Univerzit třetího věku – U3V) určený seniorům. Předměty studia jsou orientovány na témata kriminálních, pořádkových, dopravních nebo požárních rizik, která seniory v současné společnosti ohrožují. V průběhu uplynulých let se vzdělávací témata rozšířila o řadu předmětů, které zvyšují informovanost seniorské veřejnosti v problematice spotřebitelské, zdravotní, sociální, či finanční. Odborní lektori pomáhají posluchačům orientovat se ve složitých životních situacích, a současně je vedou k efektivní, účinné a srozumitelné komunikaci se státní správou, samosprávou a složkami IZS tak, aby pomoc a služby, které jim

nabízí, byly pro ně dostupné a využitelné. Systém vzdělávání seniorů zahrnuje čtyři úrovně vzdělávacích programů a dvě úrovně programů komunitního dobrovolnictví.

Střední škola informatiky, poštovníctví a finančnictví Brno, přísp. organizace

Adresa	Čichnova 23, 624 00 Brno
Kontaktní telefon	541 123 148
Kontaktní e-mail	milan.kucera@cichnovabrno.cz
www stránky	www.cichnovabrno.cz

Doplňující informace:

- Střední škola informatiky, poštovníctví a finančnictví Brno, příspěvková organizace, za finanční podpory Magistrátu města Brna a Jihomoravského kraje, nabízí již čtvrtým rokem v rámci programu „Informovaný senior“ vzdělávací akce, které se konají v sídle školy např. počítačové kurzy (PC pro začátečníky, PC pro mírně pokročilé, práce s tabletem, Windows 10, úprava digitální fotografie, práce s internetem, práce s tabulkovým procesorem, sociální sítě, zpracování digitálního záznamu), kurzy angličtiny, řemeslné kurzy zaměřené na jednotlivá období liturgického roku, přednášky a semináře.

Veterinární a farmaceutická univerzita Brno – Univerzita třetího věku

Adresa	Palackého tř. 1/3, 612 42 Brno
Kontaktní telefon	541 562 091
Kontaktní e-mail	kralovaj@vfu.cz
www stránky	www.vfu.cz/studium/icvi/u3v/

Doplňující informace:

- U3V je součástí celoživotního vzdělávání, vzdělávacích a společensko-kulturních aktivit VFU Brno a je v souladu s dlouho-

dobým záměrem univerzity a jejím zapojením do Národního programu přípravy na stárnutí populace v ČR. Je otevřeným zájmovým studiem občanů zejména seniorského věku. Témata jednotlivých oborů nabízejí možnost propojení učební látky s osobními životními zkušenostmi seniorů i ostatních zájemců bez ohledu na předchozí profesní orientaci i dosažené vzdělání. Studijní obory jsou určeny široké seniorské veřejnosti bez rozdílu věku, vzdělání a zaměstnání a seniorským absolventům farmaceutických, zvěrolékařských a humanitních VŠ, kteří se zajímají o aktuální stav a rozvoj farmacie a veterinární medicíny.

Virtuální Univerzita třetího věku, vzdělávání seniorů v regionech

Adresa	Kamýcká 129, 165 21 Praha 6 – Suchdol
Kontaktní osoba	Ing. Klára Nehodová
Kontaktní telefon	224 382 350
Kontaktní e-mail	nehodova@pef.czu.cz
www stránky	https://e-senior.czu.cz

Doplňující informace:

- Virtuální Univerzita třetího věku (VU3V) je jedna z forem Celoživotního vzdělávání organizovaná Provozně ekonomickou fakultou České zemědělské univerzity v Praze. Cílem Virtuální U3V je umožnit všem posluchačům v rámci České republiky zájmové vysokoškolské studium U3V bez ohledu na vzdálenost od sídel vysokých škol a univerzit, ve kterých probíhá prezenční seniorské vzdělávání, jehož se z různých důvodů (vzdálenost, zdravotní a časové důvody, finanční náročnost na dopravu apod.) nemohou zúčastňovat. V souladu se vzděláváním též vytváří prostředí pro sociální kontakt posluchačů v daných lokalitách.

Vysoké učení technické v Brně – Univerzita třetího věku

Adresa	Antonínská 548/1, 601 90 Brno
Kontaktní telefon	541 145 126
Kontaktní e-mail	zoufala@lli.vutbr.cz
www stránky	https://www.lli.vutbr.cz/u3v

Doplňující informace:

- Cílem této formy celoživotního vzdělávání je nejen zvýšení odborné kvalifikace, ale zlepšení kvality života seniorů, prodloužení duševní aktivity a kontakt s mladšími generacemi. Na VUT v Brně nabízí kurzy, jejichž cílem je umožnit seniorům kontakt s novými technologiemi, seznámit je s novými teoriemi, poznatky a zkušenostmi, poskytnout kvalitní náplň volného času a přispět k realizaci potřebného mezigeneračního dialogu.
- V souladu s Dlouhodobým záměrem VUT a se Statutem VUT v Brně byl v roce 2000 zahájen Základní kurz Univerzity třetího věku na VUT v Brně, což je tříletý cyklus přednášek a seminářů, který se otevírá každé dva roky. Náplň tvoří Moderní technologie a jejich použití v denním životě.

5. SPORTOVNÍ AKTIVITY A HŘIŠTĚ



Foto: archiv Sdružení taoistického Tai Chi v ČR

pozn. V této sekci jsou organizace zabývající se zejména sportovními aktivitami, různá cvičení apod. naleznete také u jednotlivých organizací v sekci Seniorské organizace

Orel (křesťanská sportovní organizace)

Adresa	Pellicova 2c, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	543 244 880, 724 076 476 (evidence členů)
Kontaktní e-mail	ustredi@orel.cz
www stránky	www.orel.cz

Hlavní činnosti:

- Orel je spolek, křesťanská sportovní organizace, která působí na celém území České republiky. Prioritou činnosti Orela je především podpora sportu pro všechny. Kromě sportu se Orel věnuje také kultuře. Mnoho orelských jednot má ochotnické divadelní soubory nebo pěvecké soubory. Pro tyto jednoty se každoročně pořádají setkání, aby si mohly vzájemně vyměňovat zkušenosti. Mnoho jednot také pořádá nejrůznější kulturní akce spojené s významnými dny v roce – svátek matek, den dětí, oslava sv. Václava apod.

Orel jednota Brno-Bohunice

Adresa	Hraničky 5, 625 00 Brno
Kontaktní telefon	777 631 359
Kontaktní e-mail	brnobohunice@orel.cz
www stránky	www.orelbohunice.cz

Hlavní činnosti:

- florbal, kalanetika, míčové hry, rehabilitace, nohejbal muži, stolní hokej, stolní tenis (žáci, junioři, mix), šachy mládež, volejbal „A“ „B“, Bohunická chasa, folklor děti, sportovní hry ženy, stolní tenis muži

Orel jednota Brno-Bystrc

Adresa	Krajní 5, 635 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnobystrc@orel.cz

Orel jednota Brno-Černovice

Adresa	Porhajmova 2, 618 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnocernovice@orel.cz

Orel jednota Brno-Husovice

Adresa	Vranovská 93, 614 00 Brno,
Kontaktní telefon	605 503 939
Kontaktní e-mail	brnohusovice@orel.cz
www stránky	www.orelhusovice.cz

Orel jednota Brno-Komín

Adresa	Hlavní 96, 624 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnokomin@orel.cz

Orel jednota Brno-Královo Pole

Adresa	Poděbradova 5/7, 612 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnokralovopole@orel.cz

Orel jednota Brno-Lesná

Adresa	Pospíšilova 12A, 613 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnolesna@orel.cz

Orel jednota Brno-Líšeň

Adresa	Karolíny Světlé 18, 628 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnolisen@orel.cz

Orel jednota Brno-Masarykova čtvrtí

Adresa	Starobrněnská 285/15, 602 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnomasarykovactvrt@orel.cz

Orel jednota Brno-Obřany

Adresa	Hlaváčova 20, 614 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnoobransy@orel.cz

Orel jednota Brno-Řečkovice

Adresa	Vránova 122, 621 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnoreckovice@orel.cz
www stránky	www.orlak.cz

Orel jednota Brno-Staré Brno

Adresa	Foltýnova 11, 635 00 Brno
Kontaktní e-mail	brnostarebrno@orel.cz

Orel jednota Brno-Starý Lískovec

Adresa	Malešovská 472/5, 625 00 Brno
Kontaktní telefon	724 268 123
Kontaktní e-mail	brnostaryliskovec@orel.cz
www stránky	orel-staryliskovec.cz

Orel jednota Brno-Žabovřesky

Adresa	Mezníkova 27, 616 00 Brno
Kontaktní telefon	776 842 033
Kontaktní e-mail	brnozabovresky@orel.cz

Orel jednota Brno-Židenice

Adresa	Mikšíčkova 41, 615 00 Brno
Kontaktní telefon	724 557 807
Kontaktní e-mail	brnozidenice@orel.cz
www stránky	www.orelzidenice.cz

TJ Sokol Brno

TJ Sokol Brno I

Adresa	Kounicova 686/20, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	603 512 022
Kontaktní e-mail	sekretariat@tjsokolbrno1.cz
www stránky	www.tjsokolbrno1.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: florbal, horolezectví, sportovní gymnastika, stolní tenis, šerm, vodáctví, volejbal, všestrannost, studio pohybových aktivit

Doplňující informace:

- pronájmy tělocvičen

TJ Sokol Brno II

Adresa	Francouzská 87, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	731 443 105
Kontaktní e-mail	info@sokolbrno2.cz
www stránky	www.sokolbrno2.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: kondiční kulturistika, basketbal, oddíl cvičení pro starší cvičence, oddíl cvičení pro ženy

TJ Sokol Řečkovice

Adresa	Vážného 2/19, Brno
Kontaktní telefon	606 592 561
Kontaktní e-mail	info@sokolreckovice.cz
www stránky	www.sokolreckovice.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: základní – aerobic, bojová umění – karate, cvičení rodiče, s dětmi, divadlo Ř13, florbal (8–12 let), florbal muži, jóga, mladší + starší žáci (7–15 let), mladší + starší žákyně

(7–15 let), mrňousci (4–5 let), pampelišky – tanec děti 5–15 let, předškolní děti (5–7 let), rekreační odbíjená (ženy a muži), rekreační odbíjená začátečníci, odbíjená senioři, rekreační tanec Ř 13 (ženy a muži), sálová kopaná, stolní tenis (8–12 let), sporty – odbíjená muži A, sálová cyklistika

TJ Sokol Brno-Komín

Adresa	Svratecká 11 624 00 Brno
Kontaktní telefon	603 254 455
Kontaktní e-mail	info@sokolbrno.cz
www stránky	www.sokolbrno.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: cvičení děti a mládež – Sokolíček (děti do 3 let s rodiči), cvičení děti a mládež – Předškoláci (4–7 let), cvičení děti a mládež – Sokolík (cvičení dětí 5–9 let), cvičení děti a mládež – všestrannost chlapci (8–11 let), cvičení děti a mládež – Florbal (děti 5–11 let), cvičení ženy, volejbal, florbal, stolní tenis, košíková, kalenetika, strečink a posilování

TJ Sokol Brno-Žabovřesky

Adresa	Jana Nečase 1, 616 00 Brno
Kontaktní telefon	723 530 716
Kontaktní e-mail	dvorak.petr4@seznam.cz
www stránky	www.sokol-zabovresky.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: tenis, atletika, turistika, lyžování

TJ Sokol Brno-Židenice

Adresa	Gajdošova 18, 615 00 Brno
Kontaktní telefon	548 538 271
Kontaktní e-mail	sokolzidenice@volny.cz
www stránky	www.sokolzidenice.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: všestrannost – batolata s rodiči, rodiče a děti, předškolní děti, mladší a starší žákyně, mladší a starší žáci, fotbal, BodyForm, zdravotní tělocvik, rytmická gymnastika, seniorky, sportovní gymnastika TGJ, ženský pěvecký sbor, sporty – florbal, moderní gymnastika, stolní tenis, sportovní šerm, volejbal

Doplňující informace:

- pronájmy tělocvičen

TJ Sokol Brno-Královo Pole

Adresa	Srbská 4, 612 00 Brno
Kontaktní e-mail	sokolkrpole@seznam.cz
www stránky	www.sokolovna.unas.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: všestrannost – králíčky, předškoláci, mladší žákyně, žáci, ženy, muži, zdravotní cvičení, rytmická gymnastika, sporty – akrobatický rokenrol, táboráček

Doplňující informace:

- pronájmy tělocvičen

TJ Sokol Brno IV. – Černovice

Adresa	Štolcova 8/12, 618 00 Brno
Kontaktní telefon	774 889 995
Kontaktní e-mail	petraquittova@seznam.cz
www stránky	www.tjsokol4.cz

Hlavní činnosti:

- oddíly: všestrannost – rodiče a děti, předškolní děti, mladší žákyně, starší žákyně, dorostenci, dorostenky, ženy, muži senioři, ženy seniorky, jóga, kalanetika, stolní tenis, cvičení pro zdraví – senioři, sporty – volejbal, tenis, kuželky, házená; turistika

TJ Sokol Brno-Ivanovice

Adresa	Weighartova 4, 621 00 Brno
Kontaktní e-mail	sokol.ivanovice@gmail.com
www stránky	www.sokol-ivanovice.webnode.cz

Hlavní činnosti:

- pořádání sportovních turnajů – nohejbal, volejbal a ping pong; cvičení bosu, pilates

Další pobočky:

TJ Sokol Brno-Holásky

Adresa	Požární 10a, 620 00 Brno
Kontaktní telefon	775 561 650
Kontaktní e-mail	tjsokolholasky@seznam.cz

TJ Sokol Brno-Husovice

Adresa	Dukelská 9, 614 00 Brno
Kontaktní telefon	530 343 149
Kontaktní e-mail	sokolhusovice@volny.cz
www stránky	www.sokolhusovice.cz

TJ Sokol Brno-Chrlice

Adresa	Šromova 1a, 643 00 Brno
Kontaktní telefon	777 067 501
Kontaktní e-mail	sokolchrlice@seznam.cz

TJ Sokol Brno-jih

Adresa	Pompova 22, 617 00 Brno
Kontaktní telefon	602 267 961
Kontaktní e-mail	sokol.brno-jih@seznam.cz
www stránky	www.brno-jih.vanickovazupa.cz

TJ Sokol Brno-Juliánov

Adresa	Slatinská 43, 636 00 Brno
Kontaktní telefon	603 262 169
Kontaktní e-mail	sokoljulianov@seznam.cz
www stránky	www.hazenajulianov.cz

TJ Sokol Brno-Líšeň

Adresa	Belcrediho 27, 628 00 Brno
Kontaktní telefon	544 211 487
www stránky	www.sokol-lisen.weebly.com

TJ Sokol Brno-Medlánky

Adresa	Meruňková 10, Brno
Kontaktní telefon	530 325 435,724 204 450
Kontaktní e-mail	ptacek44@gmail.com

T.J. Sokol Brno-Obřany - Maloměřice

Adresa	Obřanská 13, 614 00 Brno
Kontaktní telefon	604 328 945
Kontaktní e-mail	mailont@volny.cz
www stránky	www.majlont.cz

TJ Sokol Brno-Tuřany

Adresa	Hanácká 38, 620 00 Brno
Kontaktní telefon	604 833 061

TJ Sokol Brno V - Černá pole

Adresa	Lužova 17, 613 00 Brno
Kontaktní telefon	545 242 675

TJ Sokol Brno-Heršpice

Adresa	Bellova 34, 621 00 Brno
--------	-------------------------

Kontaktní telefon	606 590 733
Kontaktní e-mail	lea.petrickova@centrum.cz

TJ Sokol Brno-Horní Heršpice

Adresa	Bohunická 2, 619 00 Brno
Kontaktní telefon	602 552 390
Kontaktní e-mail	horvath@rts.cz

TJ Sokol Brno III

Adresa	Výstavní 26, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	777 906 181
Kontaktní e-mail	zuzana.peckova@seznam.cz

TJ Sokol Brno-Jundrov

Adresa	Stromovka 6, 637 00 Brno
Kontaktní telefon	606 738 404
Kontaktní e-mail	stastnare@seznam.cz

Hlavní činnosti:

- Sokol Jundrov je tělocvičná organizace patřící pod župu Jana Máchala, České obce sokolské. Jsme nezisková organizace, která podporuje masové cvičení dětí, mládeže, ale i dospělých cvičenců, včetně seniorů.

Doplňující informace:

- V naší tělocvičné jednotě je poměrně široká členská základna a soustředíme se především na mládež, aby sportem rozvíjela svoje schopnosti. U nás cvičí oddíly rodičů a dětí, předškolní mládež, mladší a starší žáci a žákyně, gymnastika a oddíl míčových sportů. Pro děti mladších věkových skupin jsem nově rozšířili oddíl florbalu a velmi aktivně u nás působí oddíl gymnastiky. Aktivně u nás působí oddíly basketbalu a florbalu. Poměrně široká členská základna je v ženských složkách, kde ženy aerobní cvičení a starší ženy a seniorky všestrannost. Velmi populární je cvičení Zumbly. Samozřej-

mostí jsou i mužské složky, kde muži i senioři cvičí především všestrannost a dále máme oddíly nohejbalu a intenzivně se rozvíjející oddíl badmintonu. Pravidelně se naše oddíly zúčastňují sletových cvičení.

TJ Sokol Brno-Starý Lískovec

Adresa	Máchalova 4, 625 00 Brno
Kontaktní telefon	775 334 495
Kontaktní e-mail	sokol.stary.liskovec@gmail.com

Sdružení taoistického tai chi v České republice, z.s., pobočka Brno

Adresa	Gorkého 45, 602 00 Brno
Kontaktní telefon	224 819 619
Kontaktní e-mail	vpv@taoist.cz, info@taoist.cz
www stránky	www.taoist.cz

Hlavní činnosti:

- Taoistické tai chi je jemné a pomalé cvičení, které pomáhá zlepšovat zdraví a duševní pohodu. V taoistickém tai chi se zaměřujeme na maximální zdravotní účinek při provádění pohybů. V pravidelných skupinách se nevěnujeme nácviku sebeobrany, učíme se vnímat své tělo a společnou prací se snažíme se o rozvíjení taoistických hodnot soucítění a pomoci druhým.

Doplňující informace:

- Cvičení je realizováno v dopoledních i odpoledních hodinách podle možností našich lektorů – dobrovolníků na třech místech v Brně – CENTRUM STTC Brno, Kulturní centrum Líšeň, Kotlanova 2163/7; tělocvična ZŠ Svážná 9, Brno-Nový Lískovec.

Večernice, z.s.

Adresa	Veletržní 9, 603 00 Brno
Kontaktní telefon	607 659 654 – předsedkyně, jednatelka MVDr. Pavla Hobstová
Kontaktní e-mail	vecernice50@centrum.cz hobstova@centrum.cz
www stránky	www.vecernice50.cz

Hlavní činnosti:

- Sdružujeme starší ženy, sledujeme své dobré zdraví a fyzickou kondici. Obojí je podmínkou naší soběstačnosti do vysokého věku. Společné sdílení kultury, výletů do přírody. Nebráníme se přijímání společenských změn a připravíme se i na důsledky.

Doplňující informace:

- Cíl: aktivita, zdraví, vzdělanost.
- Současné projekty: kurzy – Jóga pro babičky, Jóga XXL, 50+, Jóga u moře.
- Cílová skupina: babičky, ženy 50+, ženy znevýhodněné zdravotně, věkově nebo sociálně, senioři.

Hřiště:

- **Brno-Bohunice**, ul. Švermova – fitness park – cvičební prvky na posilování celého těla
- **Brno-Černá pole**, ul. Milady Horákové – fitness park – silová cvičení na hrazdách
- **Brno-Černovice**, ul. Řehořova – park – 5 sportovních prvků – na posilování a protahování horních a dolních končetin, trenažér „lyžař“ a „turista“ a prvek „maséra“ na bedra a záda. Prvky jsou vhodné na celkové protáhnutí a posílení těla, po pooperačních stavech, při náhradách kloubů i k prevenci.
- **Brno-jih**, sportovně-rekreační areál Hněvkovského v Brně-Komárově – venkovní posilovací stroje a hřiště na workout

– silová cvičení na hrazdách, bradlech, kruzích, šplhacích tyčích a dalších prvcích pro cvičení vahou vlastního těla, cvičišť tvoří kompaktní uzavřený celek k procvičování a posilování základních svalových skupin, zlepšení pružnosti, rychlosti a fyzické kondice.

- **Brno-jih**, ul. Skandinávská 2 – fitness park – workout, cvičení vlastní vahou na tyčích, hrazdách, kruzích...
- **Brno-Jundrov**, hřiště „Pod Holednou“ – fitness park – workout, cvičení vlastní vahou na tyčích, bradlech.
- **Brno-Kohoutovice**, Libušina třída 8 (u domu s pečovatelskou službou) – venkovní posilovací stroje.
- **Brno-Královo Pole**, ul. Herčíkova (u ZŠ) – fitness park – prvky pro cvičení vahou vlastního těla.
- **Brno-Líšeň**, ul. Zikova – fitness park – 5 cvičebních prvků – odrážecí sedáky, šlapadlo-lyže, posilování rukou, twister, šlapadlo-brusle.
- **Brno-Líšeň**, ul. Vlčova – fitness park – 5 cvičebních prvků – odrážecí sedáky, šlapadlo-lyže, posilování rukou, twister, šlapadlo-brusle.
- **Brno-Líšeň**, ul. Kotlanova 3 – Trenažéry jsou jednoduché, snadno ovladatelné a jsou konstruovány tak, aby udržely, případně zlepšily rozsah pohybu kloubů celého těla, svalovou sílu, rovnováhu a správný způsob chůze.
- **Brno-Medlánky**, V Újezdech – fitness park, workout.
- **Brno-Medlánky**, Jabloňová (u ZŠ Hudcova) – cvičení vlastní vahou na tyčích, hrazdách, bradlech, toto hřiště je otevřeno pro veřejnost PO, ST, PÁ od 17.00–20.00 hod. a SO a NE od 8.00–20.00 hod.
- **Brno-Řečkovice**, ul. Letovická – fitness park – workout, cvičení vlastní vahou na tyčích, hrazdách, bradlech, ...
- **Brno-sever** – dětská hřiště a sportoviště jsou k dohlédání v mobilní aplikaci „Průvodcem severem“, která je ke stažení na Google play a Apple store.

- **Brno-sever, Schreberovy zahrádky** – workout hřiště, Černá pole, zast. MHD Tomanova (9,11) – Můžete si vyzkoušet 8 cvičných strojů v parku na umělém povrchu, bezbariérový přístup, 3 lavičky. Místo je v krásném parku.
- **Brno-sever, Vyhlídka** – workout hřiště, Lesná, ulice Studená – Moderní venkovní workout hřiště s návody jak cvičit. Bezbariérový přístup. Dohromady 5 laviček a v okolí mnoho zeleně.
- **Brno-sever, DiscGolf Park Milénova**, Lesná – Disc-golfové hřiště v parku nad ZŠ Milénova s celkem 9 cíli (koši). Přístup je bezbariérový, celkem 7 laviček k sezení, možnost občerstvení v restauraci a v okolí je mnoho zeleně.
- **Brno-sever, Pétanque hřiště na SNP**, Černá pole, nám. SNP 33 – Pétanque hřiště u budovy kinokavárny, včetně 2 laviček. Bezbariérový přístup. V budově je občerstvení v restauraci a v okolí je dostatek zeleně. Parkování je dobré.
- **Brno-sever, Relax park Tišnovka**, Husovice, Rotalova 15 – klidný park za pečovatelskou službou. Celkem 3 hřiště na pétanque včetně několika posilovacích strojů. Přístup je bezbariérový. Dohromady 8 laviček. Nádherný výhled na Husovice. V hlavní sezóně je otevírací doba od 8.00 do 21.00 hod.
- **Brno-Starý Lískovec**, ul. Bosonožská (u ZŠ) – speciální pomůcky na cvičení pro seniory – dva velké sloupy s nejrůznějšími pákami a madly, u každého z nich mohou současně cvičit čtyři lidé. Tím, že se páky různě ohýbají, procvičují jednotlivé partie těla. Stojany na cvičení doplňuje manuál s instrukcemi, jak stroje používat.
- **Brno-střed**, nad ulicí Pellicova – brusle, váha, zdvihací zařízení, běžecké lyže i houpací koník.
- **Brno-střed**, na Špilberku – fitness park – pět posilovacích prvků
- **Brno-střed**, park Lužánky – osm cvičebních strojů k procvičení celého těla bez vynaložení velké námahy, pouze za pomoci vlastní váhy

- **Brno-Veveří**, hřiště v Björnsonově sadu – fitness park – sestava hrazd k posilování vlastní vahou.
- **Brno-Žabovřesky**, ul. Korejská – fitness park – každou středu od 10 do 11 hod. je k dispozici trenér, který na místě vysvětlí základní principy práce s jednotlivými nářadími, které jsou na hřišti k volnému využití. Individuálně také doporučí cviky pro zlepšení kondice a funkce pohybového aparátu jednotlivých zájemců o cvičení.

6. ZAJÍMAVÉ ODKAZY



Foto: archiv Ženy50, z.s.

Portály pro seniory

Elpida plus

www.elpida.cz

E-senior

www.e-senior.cz/index.php

Gerontologie

www.gerontologie.cz

Institut důstojného stárnutí

www.dustojnestarnuti.cz

iSenior.cz

www.i-senior.cz

i60.cz

www.i60.cz

Moudrý senior

www.moudrysenior.cz

Pečující on-line

www.pecujici.cz

Rada seniorů ČR, z.s.

www.rcr.cz

Senior Kontakt

www.seniorkontakt.cz

SeniorPortál.cz

www.seniorportal.cz

Senior tip

www.seniortip.cz

Seniorum.cz

www.seniorum.cz

SENSEN

www.sensen.cz

Třetí věk

www.tretivek.cz

Život 90

www.zivot90.cz

Sociální péče

Portál sociální péče ve městě Brně

www.socialnipece.brno.cz

Poradna SOCIO-INFO POINT, e-mail: socioinfopoint@brno.cz

Poskytovatelé sociálních služeb

www.helpnet.cz/socialni-sluzby/

Registr poskytovatelů sociálních služeb

www.iregistr.mpsv.cz

Doprava po Brně

MHD Brno

www.dpmb.cz

SENIOR BUS

<https://dpmb.cz/cs/senior-bus>

Mobilní aplikace „Průvodce severem“

Mobilní aplikace byla vytvořena nejen pro rodiny, ale hlavně pro Vaši lepší a snazší informovanost o volnočasových možnostech na městské části Brno-sever. Ať už budete hledat nejbližší dětské hřiště, sportoviště, parkour či workout hřiště nebo nové psí výběhy s cvičnými prvky nebo se budete chtít poohlédnout po nabídce aktivit spolků a jiných organizací, tak právě v této aplikaci vše přehledně najdete.

Odkaz: www.sever.brno.cz/pruvodce-severem

7.

ZAJÍMAVÁ TELEFONNÍ ČÍSLA

Centrum tísňového volání

Jednotné evropské číslo tísňového volání	tel. 112
Hasiči	tel. 150
Záchranná služba	tel. 155
Městská policie	tel. 156
Policie ČR	tel. 158

Lékařská pohotovost Brno

- Lékařská služba první pomoci pro dospělé (Úrazová nemocnice Brno, Ponávka 6) tel. 545 538 538
- Lékařská služba první pomoci pro děti (Dětská nemocnice Brno, Černopolní 9) tel. 532 234 935
- Stomatologická pohotovost (Úrazová nemocnice Brno, Ponávka) tel. 545 538 421
- Lékárenská pohotovostní služba (Lékárna a prodejna zdravotnických potřeb, Koliště 47, Brno) tel. 545 424 811

Otravy, intoxikace

- Telefonní linky pro akutní intoxikaci tel. 224 919 293
tel. 224 915 402

Pohotovost Plyn, voda, elektřina

- Plyn tel. 1239
- Voda tel. 543 212 537
- Elektřina tel. 800 225 577

Socio-info centrum

(sociální poradenství, sociální dávky, nabídka sociálních služeb, atd.)

- Poradna po telefonu tel. 542 173 820, 542 173 830

SENIOR BUS

- pracovní dny 7:00–15:00 hod. tel. 731 518 348

Doslov:

Adresář seniorských organizací si můžete vyzvednout na Odboru zdraví Magistrátu města Brna, Dominikánské nám. 3, Brno – 2. patro nebo si jej můžete stáhnout na internetových stránkách Odboru zdraví MMB <http://www.brno.cz/sprava-mesta/magistrat-mesta-brna/usek-skolstvi-a-prorodinne-politiky/odbor-zdravi/>

V adresáři naleznete informace o organizacích a aktivitách pro seniory ve městě Brně.

Pokud víte o organizaci, která se angažuje v uvedených oblastech a informace o ní zde není uvedena, budeme rádi, pokud nás informujete.

Těšíme se na další spolupráci.

Odbor zdraví MMB

Dominikánské nám. 3

602 00 Brno

tel.: 542 172 434, 542 172 431

horakova.monika@brno.cz

www.brno.cz