



Volný cyklus zábavných a vzdělávacích pořadů pro seniory



Co je Akademie třetího věku?

Akademie třetího věku je volný cyklus zábavných a vzdělávacích přednášek. Přednášejícím je Ing. Petr Šika, zkušený lektor a vysokoškolský pedagog. V každém pořadu je mluvené slovo průběžně doprovázeno tématickým promítáním. Vystoupení trvá cca 60-80 minut.

Kdo se může zúčastnit Akademie třetího věku?

Účast na jednotlivých pořadech nebývá omezena věkem ani dosaženým vzděláním. Vstup bývá obvykle zdarma, záleží na rozhodnutí pořadatele.

Kdo je pořadatelem Akademie třetího věku?

Pořadatelem Akademie třetího věku jsou:

- Městské a obecní úřady
- Kulturní střediska
- Kluby a domovy seniorů
- Zájmové organizace

Jaká témata obsahuje Akademie třetího věku?

Nabídka témat je rozdělena na zábavné a vzdělávací pořady. Populárnější oblastí jsou **zábavné pořady(32)**, které se věnují zajímavostem z historie. Odbornější oblastí jsou **vzdělávací pořady(8)**, které se zaměřují na praktické rady a informace. Objednat a kombinovat lze libovolný počet pořadů.

Máte zájem o podrobnější informace?

Termínové, cenové a organizační záležitosti zařizuje lektor Akademie třetího věku:

Ing. Petr Šika

tel. **722 722 777**

sika.petr@gmail.com

www.cestyzmeny.cz

Zábavné pořady Akademie třetího věku



Zábavná historie medicíny

Dozvíte se neuvěřitelné historiky z dějin lékařství a zdravotní péče. Víte, jak fungovaly byzantské nemocnice? Jaké recepty se předepisovaly ve středověku nejčastěji? Průřezový pořad o zajímavostech z lékařského prostředí minulosti.



Zábavná historie cestování

Pořad Zábavná historie cestování vás zavede do exotických krajín a představí vám řadu kuriózních dopravních prostředků. Uvidíte, kdo stál u počátků moderního cestování a čím vším se v minulosti jezdilo, létalo a plulo.



Zábavná historie bydlení

Bydlení má za sebou velice dlouhou a pozoruhodnou minulost. Dozvíte se, jak se dělaly dřevěné domy a dokonce i dřevěné komíny. Uvidíte, jak se bydlelo ve vagonech a kde stojí „ptačí domy“. Na závěr si ukážeme zajímavá podzemní města i tzv. „města duchů“.



Zábavná historie filmu

Pořad Zábavná historie filmu vás seznámí s unikátními zajímavostmi z období vzniku kinematografie.

Představíme si první hvězdy filmového plátna, okolnosti příchodu zvukového filmu i tajemství továrny na sny, která je větší než Hollywood.



Zábavná historie divadla

Projdeme si divadelní historií od Řecka až ke stavbě národního divadla. Ukážeme si unikátní dochované vybavení barokní

divadelní scény. Dozvíte se, co byli ochotni pro kariéru obětovat operní zpěváci, nebo čím se řešily žárlivé scény mezi herečkami.



Zábavná historie módy

Móda nás provází po celou naši kulturní historii a není proto divu, že bylo zaznamenáno velké množství pozoruhodných módních

událostí. Seznámíte se s unikátními módními kreacemi, které byli naši předci ochotni oblékat. Dozvíte se, jak móda vzniká a proč se neustále mění.



Zábavná historie umění

Pořad Zábavná historie umění nás zavede do podivuhodného světa lidské fantazie. Ukážeme si, jak výrazně se v průběhu času měnily ideály umělecké krásy. Podíváme se do nejbohatších pokladnic umění a prozkoumáme několik uměleckých unikátů i zevnitř.



Zábavná historie peněz

Téma peněz je natolik zásadní, že v cyklu zábavné historie nemůže chybět. Dozvíte pozoruhodné informace o vzniku a fungování platidel. Připomeneme si, co dokáže inflace a proč se s bankovkami občas zatápí. Prohlédnete si historické unikáty a na závěr si zkontrolujete peněženku, zda v ní náhodou nenosíte nějaký ten sběratelský poklad.



Zábavná historie jídla a vaření

Dozvíte se, co všechno chutnalo starým Římanům a proč hodovali v leže. Navštívíme černou kuchyni a začteme se do receptisů autorky první české kuchařky – paní Magdaleny Dobromily Rettigové.



Zábavná historie vyučování

Dozvíte se, jak se z kantorů stali učitelé a proč „Učitel národů“ vlastně učitelem moc nebyl. Prohlédneme si staré školní třídy a školní pomůcky. Víte, na co se používalo „olůvko“, inkoustovka a kalamář? Na závěr zazní několik perliček ze starých žákovských knížek.



Zábavná historie domácích mazlíčků

V pořadu Zábavná historie domácích mazlíčků si ukážeme, kdo všechno v minulosti sdílel s lidmi jejich příbytky. Dozvíte se spoustu zajímavostí a kuriozit o tom, jak se domácí mazlíčci zapsali do historie.



Zábavná historie kriminalistiky

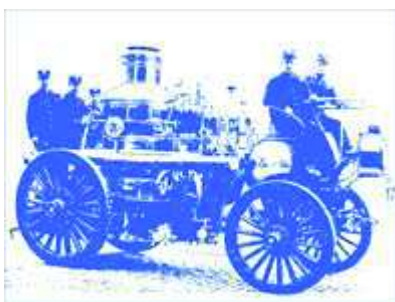
Historie kriminalistiky je zajímavostmi přímo protkaná. Ukážeme si počátky policejních sborů, slavné kriminalisty a jejich největší úspěchy. Dozvíte se, kdo byl slavný londýnský „Jack rozparovač“. Naše putování kriminalistickou historií zakončíme vzpomínkou na slavného Čecha, který se pokusil prodat pražskou tramvajovou linku i samotný Karlštejn.



Zábavná historie architektury

V pořadu Zábavná historie architektury si prohlédneme skutečné divy a kuriozity.

Uvidíte i architektonické unikáty, které odnesl čas a dnes již po nich není ani stopy. Dozvíte se, kdo zachránil Eiffelovu věž před zbouráním, která budova měří na délku 4,5 km a ve které stavbě se dělaly dešťové mraky.



Zábavná historie hasičů

Profesionální i dobrovolné hasiče nepochybně potěší tematický kaleidoskop zajímavostí a historických kuriozit. Vrátime se

do hluboké historie a ukážeme si, nejen historickou techniku, ale i celou organizaci protipožárních opatření v různých historických epochách.



Zábavná historie sportu

Pořad Zábavná historie sportu se věnuje zajímavým sportovním aktivitám našich předků. Dozvíte se velmi kuriózní pravidla a sportovní

předpisy. Připomeneme si i pozoruhodné disciplíny obnovených Olympijských her, nad kterými se dnes už jen pobaveně usmíváme.



Zábavná historie humoru

V pořadu Zábavná historie humoru si zavzpomínáme na nejslavnější humoristy a jejich nezapomenutelné výkony. Dozvíte se spoustu perliček ze zákulisí i zajímavosti o životních osudech slavných komiků. Připomeneme si i dvorní šašky, kteří v historii fungovali nejen pro obveselování společnosti.



Zábavná historie reklamy

Reklama je velmi zajímavé odvětví lidské činnosti. V tomto pořadu se dozvíte, jaké fungovala reklama v různých časových obdobích.

Představíme si otce reklamy a jeho slavný „humbuk“. Na závěr si ukážeme staré „zakázané“ reklamy, které by se dnes již nikdo zveřejnit určitě neodvážil.



Zábavná historie kouzel a iluzionistů

Kouzla a iluze jsou i dnes velmi atraktivní téma. A což teprve v historii. Dozvíte se pozoruhodné informace o nejslavnějších eskamotérech a jejich udivujících výkonech. A i když to eskamotéři nemají rádi, my si několik zajímavých kouzelnických triků dokonce prozradíme.



Zábavná historie českých králů

Dozvíte se spoustu pozoruhodných informací o tom, jak trávili svůj veřejný i soukromý život. Nebudou chybět ani kuriozity, kterými se čeští králové nesmazatelně zapsali do dějin.



Zábavná historie českých královen

Pořad Zábavná historie českých královen navazuje na předchozí tematický díl. Společně odhalíme jejich pozoruhodné životní osudy, které zaujaly už tehdejší kronikáře a nakonec si připomeneme životní příběh poslední české královny.



Zábavná historie českých šlechtických rodů

České šlechtické rody zanechaly v naší historii nepochybně výraznou stopu. Podíváme se na mimořádné osobnosti i na „černé ovce“ rodiny, pozoruhodné svatby i zvláštní dědická řízení. Na závěr se podíváme i na novodobou historii. O zajímavosti a kuriozity tedy nouze rozhodně nebude.



Zábavná historie českých světců

V pořadu Zábavná historie českých světců se budeme věnovat několika neznámějším osobnostem a jejich osudům. Hlavní protagonistou pořadu je pražský arcibiskupský generální vikář, jehož životní osudy si podrobně přiblížíme.



Zábavná historie husitských časů

Pořad Zábavná historie husitských časů nás zavede do období, kdy bylo v Čechách opravdu živo. Tato doba byla zajímavostmi a kuriozitami protkána. Podíváme se, jak řádili Adamité v Čechách. Na závěr se dozvíte se, co se o Janu Žižkovi z Trocnova moc nerozmazávalo.



Zábavná historie rudolfínských časů

Rudolfínská doba dodnes voní tajemnem a magií. Ukážeme si zajímavosti ze života posledního císaře, který z Pražského hradu skutečně vládl. Připomeneme si Golema, magistra Kellyho i zajímavou Rudolfovu štolu.



Zábavná historie napoleonských časů

Nikdy se nenaučil pořádně francouzsky. Budoucího tchána málem připravil o trůn. Pokusil se o sebevraždu falešným jedem. Potřeboval půl litru voňavky denně. Císařskou korunu si posadil na hlavu sám. Na 100 dnů se mu podařilo otočit historii zpět. Zkrátka pořad, na který se nezapomíná.



Zábavná historie viktoriánských časů

Praměti několika evropských panovnických rodů. Měla devět dětí a 42 vnoučat. Vládla Británii 64 let a přežila tři atentáty, stala se indickou císařovnou. Její říše zabírala 20 procent zemského povrchu.



Zábavná historie českých hradů

Pořad Zábavná historie českých hradů se věnuje zajímavostem o známých i méně známých hradních stavbách. Skoro každý hrad má ve svých zdech nějakou otisk pozoruhodných událostí, které stojí za zveřejnění. Podíváme na Kost, Locket, Pecku, Rábí, Bouzov a další.



Zábavná historie českých zámků

Pořad Zábavná historie českých zámků tématicky navazuje na předchozí díl o českých hradech.

Navštívíme opět řadu zajímavých míst s pozoruhodnou historií. Tentokrát se podíváme na Lednici, Nebílovy, Kynžvart, Žleby a další.



Zábavná historie českých kostelů

V pořadu Zábavná historie českých kostelů společně navštívíme katedrálu sv. Bartoloměje, chrám

sv. Barbory, metropolitní katedrálu svatého Víta, Václava a Vojtěcha, Poutní kostel Svatého Jana Nepomuckého na Zelené hoře a další.



Zábavná historie českých klášterů

V pořadu Zábavná historie českých klášterů společně navštívíme benediktínský klášter Kladruby,

cisterciácký klášter Zlatá Koruna, benediktínský klášter Sázava, premonstrátský klášter Teplá a další.



Zábavná historie vánočních svátků

Pořad Zábavná historie vánočních svátků se věnuje zajímavým tradicím a pozoruhodným zvykům v Čechách i v zahraničí. Dozvíte se pohnuté životní osudy autora České mše vánoční, uvidíte unikátní sbírku betlémů a naučíte se správně zdobit adventní věnec.



Zábavná historie silvestrovských svátků

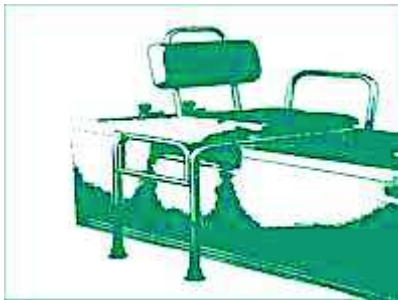
Konec roku je tradičně vyhrazen silvestrovským svátkům. V pořadu se dozvíte zajímavé detaily ze života sv. Silvestra i důvody, proč se slaví v tento výjimečný den.

Vzdělávací pořady Akademie třetího věku



Inspirační kaleidoskop pro aktivizaci seniorů

Vzdělávací pořad s názvem Inspirační kaleidoskop pro aktivizaci seniorů se věnuje ukázkám zajímavých aktivit seniorů i osob s omezenou schopností pohybu a orientace. Nabízí širokou paletu nápadů a může posloužit jako vítaná inspirace pro individuální i skupinovou aktivizaci.



Praktické pomůcky pro seniory

Pro ulehčení namáhavých úkonů existuje velké množství kompenzačních pomůcek. Pořad Praktické pomůcky pro seniory vás seznámí s rozsáhlou ukázkou zajímavých prostředků, které usnadňují starším lidem život.



Novinky a zajímavosti pro seniory

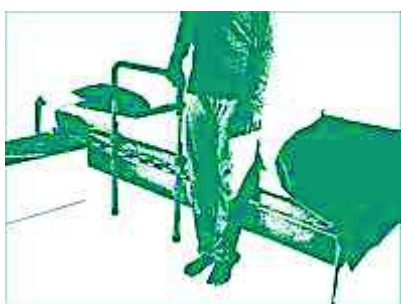
Průběžně aktualizovaný vzdělávací pořad Novinky a zajímavosti pro seniory představuje rozsáhlý přehled ukázek nových výrobků a služeb z oblasti fyziologie, ergoterapie a ošetřovatelství.



Úpravy bydlení pro seniory

Praktické a bezpečné bydlení pro seniory vyžaduje specifické technicko-dispoziční uspořádání.

V pořadu se dozvíte o řadě zajímavých řešení, která se mohou pro diváky stát vítanou inspirací.



Chytrá příprava na stárnutí

Chytrá příprava na stárnutí může pomoci nejen budoucím seniorům, ale i jejich blízkým. Nechte se poučit, jaká řešení mohou stárnoucím

osobám ulehčit. Dozvíte se praktické informace o vhodných nápadech, které se v praxi dostatečně osvědčily.



Zábavná reminiscenční terapie

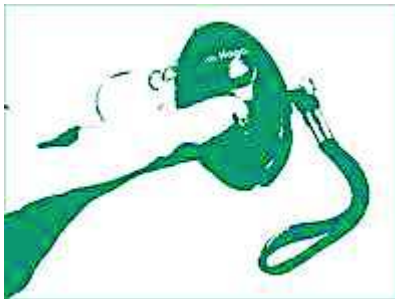
Série pořadů Zábavná reminiscenční terapie používá uvedenou techniku pro mentální aktivizaci seniorů.

Účastníci interaktivního multimediálního pořadu si vybavují prezentovaná témata zábavnou formou.



Sebeobrana seniorů v obchodních vztazích

Na praktických příkladech jsou seniorům vysvětlovány matoucí a nepoctivé metody nabízení výrobků a služeb. Součástí semináře jsou také názorné ukázky, jak se lze těmito nátlakovým metodám bránit.



Sebeobrana seniorů v osobních vztazích

Pořad není o fyzické (!) sebeobraně seniorů (*protože učit babičky Krav Maga nebo karate je od vedení MP ukázková debilita*). Vy se seznámíte s vhodnými technickými pomůckami sebeobrany a metodikou, jak rizikovým situacím předcházet.

Reference

	Úřad MČ Praha 7		Klub seniorů Benátky nad Jizerou
	Kluby seniorů Milevsko		Dům Kněžny Emmy Neratovice
	Klub seniorů Mělník		Rehaprotex Brno
	Městská nemocnice následné péče Praha		Pečovatelské centrum Praha 7
	Domov Na Zátíší Rakovník		Městská knihovna Jihlava
	Městská knihovna Fráni Šrámka Sobotka		Městský úřad Strmilov
	Klub seniorů obec Chocnějovice		Obec Ploskovice
	Obec Brandýsek		Městys Žehušice

Lektor Akademie třetího věku – Ing. Petr Šika přednáší nejen v Česku, ale i na Slovensku, v Rakousku a v Německu.

Městská část Praha 7
Úřad městské části
odbor sociální a zdravotnictví,
bytový a nebytových prostor
nábř. Kpt. Jaroše 1000
170 00 Praha 7



Praha dne 25.11.2014

REFERENCE

Pan Ing. Petr Šika vytvořil pro městskou část Praha 7 cyklus přednášek Zábavné historie, který byl určen pro účastníky Akademie celoživotního vzdělávání. V rozsahu 9 hodin se přínosné povídání tématicky dotklo medicíny, dějepisu, sportu, bydlení, peněz a módy. Oceňujeme především způsob předávaných informací, který byl nenásilný, vtipný a všestranně obohacující. Každé téma bylo jiné, ale neméně zajímavé. Ostatně široký výběr témat nám dává příležitost pokračovat ve spolupráci s panem Ing. Šikou i v roce 2015.

Na prosinec připravujeme s panem Ing. Šikou, který je mimo jiné specialistou na inkluzivní mobilitu handicapovaných osob, akci k Mezinárodnímu dni osob s postižením. Jeho poutavé přednášky a multimediální pořady podávané zábavně vzdělávací formou sledujeme jako přínosné a rozhodně je doporučujeme.

Ing. René Remeš
vedoucí odboru sociálního a zdravotnictví,
bytového a nebytových prostor
MČ Praha 7

Městská část Praha 7
Úřad městské části
odbor sociální a zdravotnictví
nábř. Kpt. Jaroše 1000
170 00 Praha 7

Kontakt na lektora Akademie třetího věku:

Ing. Petr Šika

tel. 722 722 777

sika.petr@gmail.com

www.cestyzmeny.cz