Knihovna v březnu - měsíci čtenářů

**Pondělí 16.00 – 17.00 hodin**

**Technická hodinka pro seniory**

Nevíte si rady s mobilem, notebookem nebo tabletem? Jak naistalovat potřebné aplikace, spárovat chytré hodinky a další dobré rady poskytnou všem zájemcům studenti gymnázia pravidelně každé pondělí od 16.00 do 17.00 hodin.

**1. 3. – 18. 11.**

**Lovci perel – čtenářská soutěž**

Přečtěte perlorodku a přijďte si pro moriony. Zahájení 9. ročníku soutěže na podporu čtenářské gramotnosti. Podrobná pravidla jsou k dispozici v oddělení pro děti nebo na www.slavoj.cz.

**1. 3. (ženy) a 15. 3. (děti) 17.00 do 19.00 hodin**

**Minikurz sebeobrany**

**Bára Vodochodská Machková**

V kurzu se naučíte úplné základy sebeobrany. Dozvíte se, jak se vyhnout konfliktu, jak si bránit svoje hranice nebo jak se zachovat v konfliktní situaci. Přihlášky na machkova@moderni-sebeobrana.cz. Koná se v sálku knihovny. Kurzovné 500,- Kč.

**3. 3. od 13:30 hodin**

**Pohádkoterapie – Čáp Čenda**

Jaro klepe na dveře a čáp Čenda, hlavní hrdina našeho příběhu, se po dlouhém letu z teplých krajin vrací do svého hnízda u Kuňkavého rybníka. Jenže hnízdo je poničené a jeho družka, čápice Cecilka, taky nikde. Podaří se mu letos vychovat čápata? Program je určen pro děti od 7 let. Koná se v sálku knihovny. Vstup zdarma.

**15. 3. od 17.00 hodin**

**LiStOVáNí - Dobrý proti severáku**

**LiStOVáNí.cz: Dobrý proti severáku (Daniel Glattauer)**

Emmi Rothnerová chtěla přes internet zrušit předplatné časopisu Like. Kvůli překlepu ale její e-mail dostane Leo Leike. Začne tak nezvyklá korespondence, jakou lze vést jen s osobou naprosto neznámou. Kouzelně emailové LiStOVáNí! Účinkují Věra Hollá a Pavel Oubram. Koná se v sále **ZUŠ.**Vstupné 120,- Kč.

**21. 3. od 10:00 hodin**

**Královédvorské Knihomrně**

Program pro rodiče s dětmi od 0 do 6 let v rámci celorepublikového projektu S knížkou do života – Bookstart. S Knihovníčkem přivítáme jaro, na které se již všichni určitě těšíme. Koná se v sálku knihovny. Vstup zdarma

**22. 3. od 17.00 hodin**

**Tibetské mísy**

**Věra Radoňová**

Relaxační procházka s tóny, které vydávají tibetské mísy, gong, šamanský buben, dešťová hůl a ostatní nástroje. Jejich nádherná a hladivá hudba Vás dovede ke klidu a pohodě. Přijďte se příjemně naladit na jaro. Koná se v sálku knihovny. Vstupné 100,- Kč. Počet míst je omezen. Předprodej v oddělení pro dospělé!

**Vysoké napětí - turnaj**

**24. 3. od 18.00 hodin**
Přijďte si zasoutěžit o ceny a vybudovat největší energetický kolos ve strategické deskové hře Vysoké napětí. Pozor, hra je určena pro zkušené hráče, pokud ji ještě neumíte, stavte se některý pátek na pravidelném hraní, rádi vás ji naučíme. Koná se v sálku knihovny. Vstup volný.

**25. 3. od 14.00 a od 15.30 hodin**

**Ježek soudcem**

**Loutkové divadlo Klíček**

Dvě maňáskové pohádky o zvířátkách. Koná se v sálku knihovny.

Vstupné dospělí 30,- Kč, děti 20,-Kč.

**29. 3. od 17.00 hodin**

**Sám sobě fyzioterapeutem - bederní páteř**

**Jana Saifrtová**

Kurz, ve kterém se dozvíte, jak pečovat o své tělo když bolí a jak bolesti předcházet. Naučíte se technikám a cvikům, které vám mohou pomoci váš pohybový problém zlepšit nebo se ho zcela zbavit. Vezměte si pohodlné oblečení, přineste s sebou karimatku. Koná se v sálku knihovny. Vstupné 100,- Kč. Počet míst omezen, nutná rezervace v oddělení pro dospělé.