

Co jsme pro Vás připravili:

pondělí 18. 6. – 9:30

Fotbalová akademie

V klubu Dynamo České Budějovice vznikla nová fotbalová akademie. Její provoz bude oficiálně zahájen prvního července. Na dotazy čtenářů bude odpovídat technicko-sportovní manažer akademie Tomáš Maruška.



úterý 19. 6. – 10:30

Mgr. Iva Tichá vizážistka, kosmetička

Představení Matis Paris beauty institutu, co jsme, naše služby. Každodenní péče o pleť. Ukázka denního make upu. Večerní líčení



středa 20. 6. – 12:30 – 13:30

Zuzana Arnoštová

Jak na hubnutí v pokročilém věku



čtvrtek 21. 6. – 15:00

Ing. Václav Křišťůfek

Medobraní v kavárně Deníku s Ing. Václavem Křišťůfkem, vědeckým pracovníkem Biologického centra Akademie věd ČR. Ukázky proskleného úlu, odvíčkování plástů a stáčení medu, povídání o včelách pro děti i dospělé. Tématický kvízomat a maxipexeso se včelami.



pátek 22. 6. – 10:00

Mgr. Iva Štarková

Workshop na téma terapie, psychoterapie, poradenství (jak pomoci druhým v krizových situacích, strach, deprese, úzkost), rodina a vztahy (jak se domluvit, asertivita a hranice, partnerský život po porodu), osobní rozvoj (hledání svého talentu, sebedůvěra, radosti a potěšení běžného dne)

