

5. 6. a 26. 6.	13:30–15:30	Koloběžkování	
9. 6.	odpoledne	Z Plzně do Staré Plzně Výlet	
10. 6.	celý den	Ze Švábin do Letkova Krásná vycházka	
18. 6.	dopoledne	Společně na Krkavec Výlet	
21. 6.	celý den	Okolím Dobřiva a Mirošova Výlet s Evou	
22. 6., 23. 6. a 24. 6.	různé časy	Tak trochu jiné ukončení TOTEMového roku 2019/2020	
27. 6.	15:00–20:00	Na kus řeči na trávníku Oslava Evropského dne sousedů	

A ještě navíc...

každý čtvrtek	9:00–11:00	Posezení se sociální pracovnící Konzultace pro seniory	
------------------	------------	--	--

TOTEMOVÝ ROZCESTNÍK



Rezervace míst a další informace: tel. 377 260 425, rezervace@totemplzen.cz

Mezigenerační a dobrovolnické centrum
TOTEM, z.s., Kaznějovská 51 Plzeň

www.totemplzen.cz

5. 6. a 26. 6. 2020 | 13:30–15:30

Koloběžkování

Koloběžky jsou opět tady! Vyrzte si s námi projet hezkou trasu a užít si čas venku a v pohybu se stejně naladěnými lidmi. Poplatek zahrnuje zapůjčení koloběžky a helmy. Doporučujeme pohodlnou sportovní obuv a batoh s pitím.

Poplatek 90 Kč / vyjížďka | Rezervace nutná

9. 6. 2020 | odpoledne

Z Plzně do Staré Plzně

Výlet

Tentokrát nás **Vlastimil Libeš** povede z okraje Plzně příměstskými lesními hvozdy do Starého Plzně. Projdeme část **naučné stezky Stará Plzeň a kupci** lemované základy několika kostelů a kolem hradiště Hůrka. Od **rotundy sv. Petra a Pavla** se pokocháme výhledem na **Starý Plzenec**, který bude cílem našeho putování. Délka trasy je cca 11 km. Bližší informace při přihlášení.

Rezervace nutná

10. 6. 2020 | celý den

Ze Švábin do Letkova

Krásná vycházka

Červnovou Krásnou vycházku začneme výhledem do okolí od OC Plzeň ze Švábin a dál budeme pokračovat polesím **V Pytli**. Čeká nás **Jandova skála**, vrchol kopce **Na Pohodnici** a dojdeme až do **Letkova**. Trasa je 7 km dlouhá a vede po lesních cestách. Na shledání se těší **Hanka Čadová**. Bližší informace při přihlášení.

Rezervace nutná

18. 6. 2020 | dopoledne

Společně na Krkavec

Výlet

Pojďte se s námi projít krásnými boleveckými lesy až **k rozhledně na Krkavci**. Trasa je dlouhá 7,5 km a se stoupáním. Pokud máte, vezměte si s sebou turistické nebo NW hole. Na vrcholu je možnost se občerstvit. Bližší informace při přihlášení.

Rezervace nutná

21. 6. 2020 | celý den

Okolím Dobřiva a Mirošova

Výlet s Evou

Další výlet s **Evou Haunerovou** nás dovede do **Dobřiva** (vodní hamr, lidová architektura, Švédský most), k zajímavému lomu u **Janova**

a k zámku v **Mirošově**. Trasa je 13,7 km dlouhá a vystoupáme 272 m. Bližší informace při přihlášení.

Rezervace nutná

22. 6., 23. 6. a 24. 6. 2020 | různé časy

Tak trochu jiné ukončení TOTEMového roku 2019/2020

Promítání

Přijďte do TOTEMu netradičně ukončit TOTEMový rok 2019/2020 a zahájit letní provoz. Připravili jsme pro vás speciální program natočený v průběhu uzavření centra. Čekají vás nejen osobní **medailonky TOTEMáků**, kteří se vám v nich ukáží možná tak, jak je neznáte, ale i hudební program, který TOTEMu poskytl **Jiří Bláha**, známý moderátor, imitátor, hudebník, divadelník a muž mnoha povolání, tváří či hlasů.

- 22. 6. 2020 v 13:00 hod.
- 23. 6. 2020 v 16:00 hod.
- 24. 6. 2020 v 16:30 hod.

Rezervace nutná

27. 6. 2020 | 15:00–20:00

Na kus řeči na trávníku

Oslava Evropského dne sousedů

Srdčně zveme na program jednoho z ohnisek oslav **Evropského dne sousedů**, které každoročně pořádá DEPO2015 a které se letos z květnových dnů přesunuly na konec června.

V prostoru kolem TOTEMu jsme pro vás připravili tentokrát výjimečně venku **v 16:00 hod. besedu Na kus řeči s...**, kde jako hosté Stanislava Juríka pozvání přijali reportéři Českého rozhlasu Plzeň. Jak vypadá práce "zuřivého" reportéra? O sobě a svojí práci povypráví legenda rozhlasové žurnalistiky a čerstvý sedmdesátník **Jiří Blažek** a jeho o generaci mladší následovník **Lukáš Milota** z Českého rozhlasu Plzeň. Těšit se můžete i na krátké hudební vstupy, v závěru odpoledne pak na **opékání buřtíků** vlastních či zakoupených u nás, to vše za doprovodu písniček s kytarou v podání **Old Boys – Ladislava Šimona**.

Mezi 15:00 a 16:00 hod. startuje od TOTEMu **individuální vycházka s programem pro dospělé i děti**. Trasa dlouhá cca 4 km bude připravená se stanovišti s programem pro děti a zajímavými informacemi či výzvami pro dospělé. Podrobnosti k programu se dozvíte na www.totemplzen.cz. V případě špatného počasí se beseda s omezeným počtem diváků uskuteční ve velkém sále TOTEMu.

A ještě navíc...

Každý čtvrtek | 9:00–11:00

Posezení se sociální pracovnící

Konzultace pro seniory

Nacházíte se v nějakém složitém životním období? Máte v rodině někoho, kdo potřebuje pomoc? Zajímá vás, jak funguje systém dávek a podpory? Potřebujete ve svém životě změnu a nevíte, jak do toho? Chtěli byste si popovídat a nemáte okolo sebe někoho „vhodného“? Nebo máte na srdci něco jiného? **Seniorům nyní nabízíme pravidelně, vždy ve čtvrtek, otevřené konzultační hodiny se sociální pracovnící** v rámci základního sociálního poradenství a psychosociální podpory. Pokud máte o konzultaci zájem, doporučujeme rezervaci na konkrétní čas, aby se vám sociální pracovnice mohla plně věnovat.

Kdy vyjde další TOTEMový rozcestník?

22. 6. 2020

Letní TOTEMový rozcestník

Na letní akce je možné se přihlásit až poté, co světlo světa spatří celý přehled TOTEMových akcí na léto, nejdříve tedy **22. 6. 2020**.