


Část TOTEMového rozcestníku z pohodlí domova...

Všimli jste si obrázku  v TOTEMovém rozcestníku? Víte, že tyto programy se neodehrávají v TOTEMu, ale jsou pro vás připravené ke sledování z domu, z chaty, z hotelového pokoje, z vlaku nebo odkudkoliv, kde máte k dispozici počítač, tablet či telefon s připojením k internetu? Video se budou otevírat postupně podle plánovaného data a budou k dispozici na **TOTEMovém YouTube kanálu** <https://1url.cz/@totemplzen> v sekci Playlisty → **Květnový TOTEMový rozcestník 2022**. Upozorňujeme, že pod některými videi budou uvedené možnosti, jak se ptát nebo reagovat na lektory a témata. Podpořte lektory a organizátory vaším komentářem, zhodnocením, námětem.

2. 5.	9:00–10:30	Společná snídaně	
9. 5.	14:00–16:00	Jarní tvoření papírových přání a dekorací Tvořivá dílna	
11. 5.	10:00	Tvoření z čajových sáčků Tvořivá dílna	
12. 5.	15:00–17:00	Hravá kavárna	
16. 5.	různé časy	IT konzultace pro seniory	
17. 5.	15:00	Hudební odpoledne se Seniorkapelou	
23. 5.	9:30–11:00	Jarní tvoření s dětmi z MŠ Tvořivá dílna	
25. 5.	15:00–16:30	Krajinou mých snů Cestovatelské promítání	
25. 5.		Anglická / německá / španělská konverzace s Beou a Emmou	
27. 5.	17:00–22:00	Muzejní noc	
28. 5.	17:00	Sousedská večeře Společná večeře s hudebním programem	
30. 5.		Do Stříbra Výlet	
31. 5.	14:00–15:00	Rezervace na TOTEMové aktivity na Nové Hospodě aneb Sejdeme se u kávy	

TOTEMOVÝ ROZCESTNÍK



Rezervace míst a další informace: tel. 777 343 692, novahospoda@totemplzen.cz

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda


www.totemplzen.cz

A ještě navíc...

po domluvě	Individuální procházky nebo posezení	
------------	---	---

Tip na léto...

18. 7. – 22. 7.2022	Modré pírkó Letní příměstský tábor v TOTEMu	
----------------------------	---	---

22. 8. – 26. 8.2022	Tyrkysové pírkó Letní příměstský tábor v TOTEMu	
----------------------------	---	---

2. 5. 2022 | 9:00–10:30

Společná snídane



Máte chuť na společnou snídani? Srdečně vás zveme na setkání u voňavé kávy nebo čaje s něčím dobrým k zakousnutí. Přijďte si s námi užít snídani s přátelským povídáním a vykročte do nového dne s úsměvem. S sebou si vezměte dobrou náladu a 20korunový příspěvek na občerstvení.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Poplatek 20 Kč / os.

9. 5. 2022 | 14:00–16:00

Jarní tvoření papírových přání a dekorací

Tvořivá dílna



Srdečně vás zveme na tvořivou dílnu, při které vám ukážeme, jak si pomocí lisu na papír můžete vyrobit různé dekorace a přáníčka. Pracovat budeme s papírem, inkousty a razítky a vytvoříme si 3D dekoraci a přáníčko zdobené strukturovaným papírem, který si předtím sami připravíme.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Poplatek 20 Kč / os.

11. 5. 2022 | 10:00

Tvoření z čajových sáčků

Tvořivá dílna



V TOTEMu Nová Hospoda jsme pro vás natočili video, ve kterém vám ukážeme, jak si vyrobit mandalu z barevných papírových přebalů čajových sáčků. Hotové mandaly pak můžete třeba zalaminovat jako prostírání, lze je využít jako závěsnou dekoraci nebo si je můžete nechat zarámovat. Na tvoření potřebujete kromě zmíněných přebalů čajových sáčků už jen lepidlo, nůžky a chuť tvořit. A originální dekorace za pár korun je na světě! Těšíme se na zpětné vazby, jak se vám tvoření vedlo.

12. 5. 2022 | 15:00–17:00

Hravá kavárna



Máte rádi společenské hry? Přijďte si s námi zahrát žolíky, prší nebo člověče, nezlob se. Zahrajeme si deskové či karetní hry a prožijeme tak společně pohodové odpoledne plné hravé zábavy. Vždyť kdo si hraje, nezlobí. **Klub je zdarma a otevřený hráčům každého věku.** Vezměte s sebou kamaráda, babičku či souseda a hlavně dobrou náladu. Těšíme se na příjemné odpoledne.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost

16. 5. 2022 | různé časy

IT konzultace pro seniory



Máte chytrý telefon, tablet nebo notebook, který umíte používat, ale neustále na vás něco „vyskakuje“? Nevíte, jak stáhnout aplikace, jak je využívat, jak pracovat s kapacitou vašeho zařízení, jak si popovídat s přáteli přes síť, jak si nahrát video a podívat se na něj později či ho přeposlat někomu dalšímu, jak nakoupit a zaplatit přes telefon? Nebo něco úplně jiného? Pak právě pro vás jsme připravili **IT konzultace s „ajťákem“**, který se vám bude individuálně věnovat. Přinesete si jen vlastní zařízení a případně připravené dotazy, na které vám lektor pomůže najít odpověď.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Určeno pro seniory

17. 5. 2022 | 15:00

Hudební odpoledne se Seniorkapelou



Srdečně vás zveme na koncert **Seniorkapely**, která nám nabídne pestrou paletu známých melodií. Budete mít možnost připojit se svými hlasy nebo tancem a přispět tak k hezkému zážitku. Těšit se můžete také na dobrou kávu, čaj a sladké dobroty.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost

23. 5. 2022 | 9:30–11:00

Jarní tvoření s dětmi z MŠ

Tvořivá dílna



Do TOTEMu Nová Hospoda opět zavítají děti z plzeňské 16. MŠ v Korandově ulici, aby společně s vámi vytvořily výrobky s jarní tematikou – tentokrát jako výtvarný materiál využijeme korálky různých tvarů a velikostí. Děti se už moc těší a věříme, že dětská energie a nadšení rozzáří prostor i oči všech zúčastněných. **Bližší informace při přihlášení.**

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná

25. 5. 2022 | 15:00–16:30

Krajinou mých snů

Cestovatelské promítání



Srdečně vás zveme na přednášku s promítáním z cesty autostopem po Black Hills ve Wyomingu, kaňonu Sand Creek, za bizony do Badlands a do indiánské rezervace Pine Ridge a Wounded Knee v Jižní Dakotě a pak po pobřeží Kalifornie až k Russian River. Cestovat po USA bez řidičského průkazu, mobilního telefonu a kreditní karty, přinese více dobrodružství, než by člověk očekával. Povídání s promítáním si pro nás připravil **Zdeněk Vacek**.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost

25. 5. 2022

Anglická / německá / španělská konverzace s Beou a Emmou



TOTEMové dobrovolnice Emma z Německa a Bea ze Španělska připravily pro anglicky, německy nebo španělsky mluvící nová konverzační videa, při kterých můžete svoji znalost cizího jazyka využít, procvičit nebo se naučit nové výrazy a zase se v jazyce o kousek posunout. Vyzkoušejte sami a doporučte pak svým známým!

27. 5. 2022 | 17:00–22:00

Muzejní noc

Plzeňská muzea a galerie se v tento květnový den otevírají v netradičních časech a nabízejí nočním návštěvníkům kromě prohlídek svých stálých expozic a výstav také řadu doprovodných a kulturních programů a stávají se místy nečekaných zážitků a setkávání. Jsme rádi, že TOTEM toho všeho bude součástí a těšíme se na vás na dvoře plzeňského Pivovarského muzea.

Místo konání: Pivovarské muzeum, Veleslavínova 6, Plzeň.

Určeno pro širokou veřejnost

28. 5. 2022 | 17:00

Sousedská večeře



TOTEM Nová Hospoda se letos připojí k Sousedské večeři v rámci letošního **Evropského dne sousedů**. Jste srdečně zváni na setkání, při kterém si společně vychutnáme večeři se svými sousedy. Vezměte s sebou něco dobrého k zakousnutí, ať můžeme vzájemně ochutnat, co dobrého si kdo připravil. Chvilu u prostřeného stolu nám zpříjemní hudební doprovod a na závěr si ještě dopřejeme dezert, který si společně připravíme.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost

30. 5. 2022

Do Stříbra

Výlet



Srdečně vás zveme na výlet do města Stříbro, které je známé svojí bohatou historií. Projdeme se k mostní brance, druhé nejstarší v Čechách, dále kolem Koubkova mlýna podél řeky k Červené lávce. Poté budeme pokračovat na kopec zvaný Ronšperk. Projdeme si křížovou cestu s kapličkami, a na kopci nás bude čekat krásný výhled na město. Na cestě zpátky se podíváme, kde dříve bývala Brokárna. Po vycházce doplníme energii společným obědem a podle zájmu můžeme pokračovat prohlídkou města Stříbro. Trasa je zhruba **10 km dlouhá**. Pokud máte, vezměte si s sebou turistické nebo NW hole. **Bližší informace při přihlášení.**

Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost

31. 5. 2022 | 14:00–15:00

Rezervace na TOTEMové aktivity na Nové Hospodě aneb Sejdeme se u kávy

Zajímá vás, co nového TOTEM na Nové Hospodě chystá? Máte nápady, o které se chcete podělit? Chcete se na něco zeptat nebo si popovídat? Zaujaly vás některé aktivity, které pro vás připravujeme na příští měsíc? Přijďte si rezervovat své místo. Při té příležitosti si u nás můžete zakoupit kávu a zákusek, který jsme pro vás společně připravili. Těšíme se na vás.

Místo konání: Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň.

A ještě navíc...

Po domluvě

Individuální procházky nebo posezení

Někdy je velmi úlevné projít se, moct si s někým popovídat, sdílet s ním své obavy, starosti, ale i radosti. Srdečně zveme k těmto setkáním s **Jarkou Zajíčkovou** z TOTEMu Nová Hospoda. **Pro setkání je třeba se dopředu telefonicky objednat na tel. čísle 777 343 692.** Setkání budou probíhat v TOTEMu Nová Hospoda, Prostřední 48, Plzeň, příp. jinde dle domluvy.

Rezervace nutná

Tip na léto...

18. 7. – 22. 7. nebo 22. 8. – 26. 8. 2022

Modré nebo Tyrkysově píрко

Letní příměstský tábor v TOTEMu

S TOTEMem Nová Hospoda si děti ve věku 6–12 let mohou ve dvou různých termínech užít parádních 5 dní plných společných her, výletů a poznávání přírody, nejrůznějšího tvoření a navíc i s trochou vaření. **Cena 2300 Kč. Více informací a přihlášení:** Mgr. Petra Bláhová, tel.: 734 672 579, email: tabory@totemplzen.cz (preferujeme přihlášení emailem).

Rezervace nutná

Kdy vyjde další TOTEMový rozcestník?

27. 5. 2022

TOTEMový rozcestník na červen

Na červenové akce je možné se přihlásit až poté, co světlo světa spatří celý přehled TOTEMových akcí na červen, nejdříve tedy **27. 5. 2022.**