


### 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 → **Červnový 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. 6.		<b>Setkání Klubu čtecích babiček a dědečků na parníku Czechie</b>	
2. 6., 23. 6.	9:00	<b>Pétanque v areálu TJ Sokol Nová Hospoda</b>	
4. 6.	15:00	<b>Dětské sportovní odpoledne</b>	
8. 6.	14:00–16:00	<b>Tvoření z čajových sáčků</b> Tvořivá dílna	
9. 6.	9:00–11:00	<b>Setkání Klubu čtecích babiček a dědečků na Nové Hospodě</b>	
13. 6.	9:00–10:30	<b>Společná snídaně</b>	
14. 6.	15:00–17:00	<b>Hravá kavárna</b>	
17. 6.	10:00	<b>Dobroty z kuchyně: Andělské řezy</b> Videorecept	
20. 6.	9:00–10:00	<b>Tvoření s dětmi z MŠ</b> Tvořivá dílna	
20. 6.	různé časy	<b>IT konzultace pro seniory</b>	
21. 6.	15:00	<b>Hudební odpoledne se Seniorekapelou</b>	
22. 6.	9:30–10:30	<b>Hravá kavárna s dětmi z MŠ</b>	
25. 6.		<b>Anglická / německá / španělská konverzace s Beou a Emmou</b>	
28. 6.	14:00–15:00	<b>Rezervace na TOTEMové aktivity na Nové Hospodě aneb Sejdeme se u kávy</b>	
30. 6.		<b>Na Kozel</b> Výlet	



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

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Nová Hospoda

[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

---

### A ještě navíc...

---

po domluvě	<b>Individuální procházky nebo posezení</b>	
------------	---	---


---

### Tip na léto...

---

<b>18. 7. – 22. 7. 2022</b>	<b>Modré pírkó</b> Letní příměstský tábor v TOTEMu	
-----------------------------	---	---

---

<b>22. 8. – 26. 8. 2022</b>	<b>Tyrkysové pírkó</b> Letní příměstský tábor v TOTEMu	
-----------------------------	---	---

---

2. 6. 2022

### Setkání Klubu čtecích babiček a dědečků na parníku Czechie



Srdečně zveme pohádkové čtecí babičky a dědečky na projížďku parníkem Czechie. Můžete se těšit na dvouhodinovou plavbu po Vltavě a malé občerstvení s hudebním doprovodem. Setkání organizuje Mezi námi, o.p.s., program PŘEČTI. Bližší informace při přihlášení.

**Rezervace nutná |**

**Určeno pro Klub čtecích babiček a dědečků**

2. 6. a 23. 6. 2022 | 9:00

### Pétanque v areálu TJ Sokol Nová Hospoda



Pojďme si zahrát pétanque, francouzský společenský sport, jehož principem je umístit kouli co nejbližší k cíli – dřevěné kuličce, tzv. prasátku. Princip hry je velmi jednoduchý a její předností je to, že ji může hrát každý bez ohledu na věk. Bližší informace při přihlášení.

**Místo konání: Areál TJ Sokol Nová Hospoda**

**Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost**

4. 6. 2022 | 15:00

### Dětské sportovní odpoledne

Srdečně vás zveme na tradiční akci pořádanou TJ Sokol Nová Hospoda ve spolupráci s TOTEMem Nová Hospoda k příležitosti oslavy Dne dětí. Těšit se můžete na různé rychlostní a dovednostní soutěže v areálu TJ Sokol Nová Hospoda i v přilehlém lese. A kdo nebude chtít soutěžit, může prostě přijít a pobýt v příjemném prostředí v ještě příjemnější společnosti.

**Místo konání: Areál TJ Sokol Nová Hospoda**

**Určeno pro širokou veřejnost |**

**Startovné 70 Kč / dítě**

8. 6. 2022 | 14:00–16:00

### Tvoření z čajových sáčků

Tvořivá dílna



Pusťte se s námi do tvoření z papírových přebalů čajových sáčků. Ukážeme si, jak vyrobit tulipány, motýlka, mandalu či věnec. Čajový přebal je kreativní materiál, který si může nastřádat každý doma. Na tvoření potřebujete kromě toho už jen lepidlo, nůžky a chuť tvořit. A originální dekorace za pár korun je na světě. Přijďte si k nám tuto techniku vyzkoušet a naučit se něco nového.

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

**Rezervace nutná | Poplatek 20 Kč / os.**

9. 6. 2022 | 9:00–11:00

### Setkání Klubu čtecích babiček a dědečků



Pro Klub čtecích babiček a dědečků jsme připravili společné tvoření, při kterém budeme vyrábět drobné dekorace jako dárečky pro děti ke konci školního roku. A protože babičky i dědečkové čtou dětem z knížek, budeme pro všechny děti vyrábět záložky do té jejich oblíbené. Pracovat budeme s razítky a různými druhy barev. Zároveň na setkání zveme všechny zájemce o čtení ve školkách. Na místě vám rádi zodpovíme všechny vaše otázky, můžete si popovídat s těmi, kdo už čtecí babičkou nebo dědečkem jsou, a užít si hezkou tvořivou atmosféru.

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

**Rezervace nutná | Určeno pro seniory**

13. 6. 2022 | 9:00–10:30

### Společná snídaně



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.**

14. 6. 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 společně tak prožijeme 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**

17. 6. 2022 | 10:00

### Dobroty z kuchyně: Andělské řezy

#### Videorecept

Také vám chutnají zákusky z TOTEMové kavárny Kafičko? Ty pravidelně každý týden pečou ženy v Dobrotách z kuchyně s **Mirkou Kudrnovou**, která se s vámi podělí o recept na jednu z nejoblíbenějších pochoutek – Andělské řezy. Recept bude přístupný na našem YouTube kanálu, kde se na něj bude moci podívat opravdu každý. Tak co, zkusíte ho také?

20. 6. 2022 | 9:00–10:00

### Tvoření s dětmi z MŠ

#### Tvořivá dílna

Tentokrát nepřijde tvořit školka k nám do TOTEMu Nová Hospoda, ale my se společně vydáme tvořit do školky. V mateřince v Úslavské ulici budeme s dětmi vyrábět oblíbená přáníčka tvořená pomocí lisu na papír a doplníme je razítky. Uvítáme pomoc z řad našich dobrovolníků.

**Místo konání:** 80. MŠ, Úslavská 80, Plzeň

**Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost**

20. 6. 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 „ajtákem“**, 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**

21. 6. 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**

22. 6. 2022 | 9:30–10:30

### Hravá kavárna s dětmi z MŠ

Máte rádi společenské hry? Přijďte k nám prožít dopoledne plné her, ale tentokrát trochu jinak. Naším hostem budou děti z MŠ, které se těší na to, jak si společně s vámi zahrají pexeso, vyřeší hlavolamy, složí puzzle a další. Užijete si s námi dopoledne plné her, zábavy a dětského smíchu? Těšíme se na vás.

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

**Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost**

25. 6. 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!



28. 6. 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.**

30. 6. 2022

### Na Kozel

Výlet

Srdečně vás zveme na výlet na klasicistní lovecký zámek Kozel. Svezeme se vlakem do Štáhlav a projdeme se zhruba 2 kilometry do zámeckého parku, který je v tomto ročním období kouzelný. Poté zamíříme na prohlídku zámku. Společně se budeme vracet do Štáhlav, odkud se vydáme vlakem zpět do Plzně. Trasa je zhruba **5 km dlouhá**. Pokud máte, vezměte si s sebou turistické nebo NW hole. **Bližší informace při přihlášení.**

**Rezervace nutná | Určeno pro širokou veřejnost**

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 Tyrkysové pírkó

Letní příměstský tábor v TOTEMu

S TOTEMem Nová Hospoda si děti ve věku 6–12 let můžou 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](mailto:tabory@totemplzen.cz) (preferujeme přihlášení emailem).

**Rezervace nutná**

Kdy vyjde další TOTEMový rozcestník?

24. 6. 2022

### Letní TOTEMový rozcestník

Na letní akci je možné se přihlásit až poté, co světlo světa spatří celý přehled TOTEMových akcí na léto, nejdříve tedy **24. 6. 2022.**