

TV zpravodaj



Aktuální
informační
servis

OSTOPOVICE 2024



ÚTERÝ 2.4. 9:30–11:00 **SMYSLOHRANÍ**

ČTVRTEK 4.4. 18:00–19:30 **JÓGA S EVOU**

STŘEDA 10.4. 19:00–20:30 **IVANA FAJNOROVÁ: EMILKA | AUTORSKÉ ČTENÍ**

PONDĚLÍ 22.4. 8:30–12:30 **JAK NA CHYTRÝ TELEFON A TABLET | WORKSHOP**

PONDĚLÍ 22.4. 17:00–19:00 **RYTMUS JAKO ZDROJ ŽIVOTNÍ SÍLY | PŘEDNÁŠKA**



ČTVRTEK 25.4. 18:00-19:30 **JÓGA S EVOU**

ÚTERÝ 30.4. 17:00-20:30 **DĚTI TO CHTĚJ VĚDĚT TAKY | WORKSHOP**

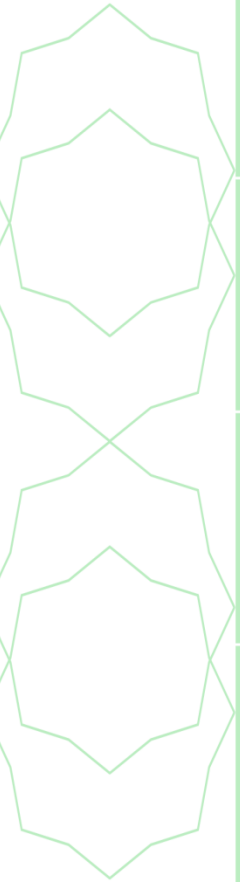
KAŽDÉ PONDĚLÍ 19:00-20:00 **PILATES & ZDRAVÁ ZÁDA***

*22.4. ZAČÁTEK LEKCE V 19:30

KAŽDÉ ÚTERÝ 16:00-18:30 **DĚTSKÉ ODPOLEDNE S MC PRO DĚTI 0-6 LET***

*OD DUBNA SE KONÁ VENKU - NA HŘIŠTI NA RYBNÍČKU

KAŽDÝ ČTVRTEK 15:00-17:00 **HRAVÝ KLUB PRO DĚTI 6-15 LET**



**Drůbežárna Prace bude ve
středu 17. 4. v 9:15 hod. prodávat:**

- mladé kuřice a kohouty, roční slepice,
- brojlerová kuřata, káčata, housata, husokačeny Mulard, krůty
- krmivo pro drůbež a králíky, vitamínové doplňky
- vykupovat králičí kožky, 10 Kč/ks.



Klub seniorů Ostopovice

vás srdečně zve na seminář

JAK NA CHYTRÝ TELEFON, TABLET

v Knihovně Ostopovice

v pondělí, 22. dubna 2024

od 8:30 do 12:30 hod.

pouze pro 65+ a zcela zdarma!

Zájemci volejte 737 502 837

více informací v odkazu **AKTUÁLNĚ** na
www.klub-senioru-ostopovice.cz

Rytmus jako zdroj životní síly

přednáška Hanky Zemanové

Proč je život podle rytmu přírody lékem
a zdrojem životní síly? Jaké lokální
superpotraviny máme během jara
k dispozici? A jak sladit životní styl i jarní
vaření s rytmy přírody?

22/4

17:00



www.knihovnaostopovice.cz



Řeznictví a uzenářství D-MASO

Blažovice bude prodávat ve středu

24.dubna ve 12:45 hod. před OÚ:

ČERSTVÉ KUŘECÍ, VEPŘOVÉ

A HOVĚZÍ MASO, TRADIČNÍ

UZENINY, UZENÁ MASA A

SPECIALITY.

JOGA V KNIHOVNĚ

ČTVRTEK - 4.4. a 25.4.

OD 18.00 DO 19.30

SÁL KNIHOVNY OSTOPOVICE

Chtěli byste odlehčit hlavě, tělu a mít chvílku pro sebe? Přijďte do nového nádherného prostoru knihovny v Ostopovicích!



Začneme dechovým cvičením a záměrem pro naši praxi. Poté protáhneme celé tělo ásanami a neopomeneme prostor pro meditaci a shavasanu (relaxaci). Vše doplněno hudbou.

Praxe bude jak pro začátečníky, tak i praktikující a pokud byste měli jakékoli dotazy, neváhejte kontaktovat lektorku osobně na email hurnik.eva@gmail.com nebo instagram [@evi_jogi](https://www.instagram.com/evi_jogi)

Na lekci se můžete přihlásit na www.knihovnaostopovice.cz nebo osobně v knihovně.

Cena lekce je
250 Kč





DĚTI TO CHTĚJ VĚDĚT TAKY

Dává smysl, aby sexuální výchova začala v rodině. Většinu z nás ale nikdo nepřípravil na to, jak takové téma s dětmi probírat a je nám trapné už jen při představě takové konverzace. Jak mluvit o citlivých tématech s dětmi a dospívajícími?

Zveme na workshop Konsentu (nejen) pro rodiče.



30/4
17:00

www.knihovnaostopovice.cz

Pálení čarodějnic

košťata s sebou. :)

30. 04.

2024

od 17.00

**sokolovna
Ostopovice**

**Program:
soutěže
fotokoutek
sladká odměna
opekání špekáčků**

Těšíme se na vaše masky a kostýmy

Autorka obrázku: Amálie Loupová

**Srdečně zve
obec Ostopovice**



Přerušeni dodávky el.energie

Dne 9.5.2024 od 8:00 do 16:00 hod

Vypnuté adresy:

Ostopovice, B. Němcové 121/24

Ostopovice, B. Němcové 126/22

Ostopovice, B. Němcové 327/37

Ostopovice, B. Němcové 334/26

Ostopovice, parcela 580/28

Přerušeni dodávky el.energie

Dne 27.5.2024 od 8:00 do 16:00 hod.

Vypnuté adresy:

- parcela 541/45,
- celá ulice horních Branek včetně bytového domu na Brankách (Branky 1 až 35)

INZERCE

Daruji za odnos směs uhlí (brikety,koks)
cca 12 metrů (q) v Ostopovicích.

Kontakt tel. 734 435 122.