

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM Bolevec
připravilo pro své klienty na období 2020/2021

HUDEBNÍ AKTIVITY

SENIORKAPELA – hudební soubor

Skupina zkušených i amatérských muzikantů, zpěváků a lidí, kteří milují hudbu celým srdcem a rádi tráví čas zpíváním, hraním, a to pěkně pospolu. Společně trénují písně a skladby, a pak hrají na různých akcích pro své vrstevníky, dělají radost v zařízeních pobytové péče apod. Momentálně bychom rádi přivítali podporu harmoniky, dechových nástrojů a hledáme kapelníka, amatéra či profíka, hlavně člověka, který s námi bude na stejné vlně.

Komu je určeno: seniorům

Kdy probíhá: pátek 9:00 – 11:30 hod.

Účastnický poplatek: zdarma

U koho získáte podrobné informace:

Mgr. Veronika Máslová, tel.: 377 260 425, mob. 736 489 754

JAMÁČEK – hudební soubor

Cílem hudebního souboru Jamáček je prostřednictvím hudby přivádět účinkující i posluchače k pocitu spokojenosti, k lepším myšlenkám, naplnění optimismem. Do repertoáru patří písně lidové, národní i umělé, ale také country, některé populární, současné, hašlerky, z divadla Semafor, z Plzeňského regionu, ale i slovenské, skotské, srbské, prostě vše dle přání a možností.

Příjemné prožívání společných chvil je násobeno pocitem, že členové prospívají i ostatním seniorům a jiným věkovým skupinám. Hlavní záměr, zpívat a hrát pro radost, se všichni snaží udržet a užívají si jej plnými doušky. Je vítán každý, kdo má vztah k hudbě a rád si zazpívá ve skupině stejně

naladěných lidí. V současné době vítáme všechny, kteří umí hrát na jakýkoliv hudební nástroj, upřednostňujeme doprovázení hrou na klavír.

Komu je určeno: seniorům

Kdy probíhá: pondělí 9:00 – 11:00 hod.

Účastnický poplatek: zdarma

U koho získáte podrobné informace:

Miroslava Kudrnová, tel.: 377 260 425, mob. 734 672 591

OLD BOY – sólista s country i jinými písněmi

Sólista Ladislav Šimon rád hraje a zpívá, doprovází různé akce jako grilování, hraje k poslechu těm, které jeho skladby potěší. Pokud vás napadá, kde by mohl svými písněmi udělat radost, kontaktujte nás. Jinak je možné si ho přijít kdykoliv „jen tak“ poslechnout v době zkoušení.

Komu je určeno: seniorům

Kdy probíhá: středa 7:30 – 8:30 hod.

Účastnický poplatek: zdarma

U koho získáte podrobné informace:

Miroslava Kudrnová, tel. 377 260 425, mob. 734 672 591

MUZIKOTERAPIE

Klidovou, relaxační muzikoterapii provádíme individuálně ve vhodně vybavené a ozvučené místnosti. Poslechem vybraných skladeb klasických, romantických nebo přímo relaxačních je dosahováno uvolňování zátěžových stavů organismu, jsou příznivě ovlivňovány fyziologické procesy v lidském organismu a tím vlastně hudba působí jako lék.

Komu je určeno: seniorům

Lektor: Miroslava Kudrnová

Kdy probíhá: pondělí 12:00 – 13:00 hod.

úterý 11:00 – 12:00 hod.

Účastnický poplatek: zdarma

U koho získáte podrobné informace:

Miroslava Kudrnová, tel.: 377 260 425, mob. 734 672 591

KOST – mezigenerační pěvecký komorní sbor

Komu je určeno: veřejnosti

Kdy probíhá: středa 19:00 – 21:00 hod.

Účastnický poplatek: zdarma

U koho získáte podrobné informace:

Miroslava Kudrnová, tel.: 377 260 425, mob. 734 672 591,

nebo sbormistryně Mgr. Hana Šlégrová, Ph.D., mob. 775 381 550,

slegrova.hana@seznam.cz



BOLEVEC

Pozn.: Kompletní nabídka TOTEMových aktivit je k dispozici na webových stránkách www.totemplzen.cz nebo na požádání v papírové podobě v prostorách TOTEM, z.s., Kaznějovská 51, Plzeň.