

TÝNES 2026 v Paláci Liebieg

PONDĚLÍ 2. 3. 16,00 – KYBERBEZPEČNOST - JAK VYZRÁT NA ŠMEJDY, KTEŘÍ NA NÁS ÚTOČÍ NA INTERNETU Lektorka Kateřina Jírová, Česká spořitelna.

ÚTERÝ 3. 3. 14,00 – TURNAJ V PEXESU NEJEN S ROSKOU Přijďte si zahrát a procvičit mozek. Pořádá ROSKA Liberec

ÚTERÝ 3. 3. 17,30 – SPONTÁNNÍ MEDITACE PRO VEŘEJNOST Otevřená hodina Sahadža jógy

STŘEDA 4. 3. 17,00 – JAK OCHRÁNIT BEZPEČNOST DĚTÍ NA INTERNETU Lektor Martin Zicha, IT specialista. Přehled praktických nástrojů a postupů, které pomáhají chránit děti v online prostředí.

STŘEDA 4. 3. 10,00 – 16,00 – DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ V ARMILLARII Poradna k ŽP regionu, informace o projektech a práci ZO, ekocentra i pozemkového spolku pro zájemce i návštěvníky

ČTVRTEK 5. 3. 9,30 – NÁROČNÉ RODIČOVSTVÍ SE SPECIÁLNÍ PEDAGOŽKOU KATEŘINOU STODŮLKOVOU Seminář pro rodiče, kteří si chtějí popovídat o tom, co s sebou rodičovství přináší a jak na sebe nezapomenout. Pro děti bude nachystaný herní koutek s hračkami z půjčovny Zkus hračku.

ČTVRTEK 5. 3. 10,00 – 13,00 – PORADNA ANNOLK - PRO NOVÉ A ZAČÍNÁJÍCÍ SPOLKY A OBČANSKÉ INICIATIVY Poradenství pro nové a začínající spolky a občanské iniciativy – konzultace, avízo poradenských služeb, možnosti síťování, vzdělávání aj.

ČTVRTEK 5. 3. 16,00 – 19,00 – SETKÁNÍ PEČUJÍCÍCH U KÁVY A ČAJE Setkání pro všechny, kteří pečují o své blízké. Konzultace a možnost sdílení zkušeností. Organizují neziskovky, které hájí zájmy a práva pečujících osob.

ČTVRTEK 5. 3. 19,00 – ŽENSKÉ PÁNEVNÍ DNO POHLEDEM ZÁPADU I VÝCHODU S CERTIFIKOVANOU LEKTORKOU JITKOU HAVLÍČKOVOU Pánevní dno je důležitá součást našeho těla – přijďte zjistit, jakým způsobem můžeme laskavě pečovat o jeho vhodnou kondici. Workshop je určen pro ženy ve věku 15 – 95 let.

PÁTEK 6. 3. 14,00 – JAK SE NEUTOPIT V BEZBŘEHÉ ŘECE LÉČIV, LÉKŮ A DOPLŇKŮ STRAVY Dalibor Černý, vedoucí klinický farmaceut oddělení klinické farmacie a pracoviště klinické farmakokinetiky z Krajské nemocnice Liberec poskytne základní vhled do farmakologie a farmacie.

PÁTEK 6. 3. 17,00 – KONCERT PRO TÝNES – MUZIKÁLOVÉ MELODIE V PODÁNÍ MICHALA BRAGAGNOLA Večer v rytmu nejznámějších muzikálových melodií v podání Michala Bragagnola a Jakuby Šeniglové. Kapacita omezena.

STŘEDA 11. 3. 10,00 – 15,00 JARNÍ TVOŘENÍ Z KORÁLKŮ, PLASTŮ A PŘÍRODNIN Dílničky pro děti 8-12 let, či pro rodiče s dětmi od 5 let v rámci jarních prázdnin. Ukázky některých efektních technik – korálkování, drátkování, dárečky, aranže a koláže tavnou pistolí. Organizují NNO - Armillaria a Roska.

Týnes

29/1 – 15/3
2026

Krajské týdny
pro neziskový sektor

PALÁC
LIEBIEG

www.tynes.cz

vstup volný

Liberecký kraj

ANNOLK

rtm+

Regionální dobrovolnické centrum
Libereckého kraje

Liberec
Český rozhlas