

# SI V LEDNU S NÁMA?

Globalizace, Špalek, výdaje na obranu, primátor, kvantový svět nebo volební kampaně, improvizadlo, linoryt, Kolumbie, Grónsko, jóga, mindfulness, ...

A taky sebedůvěra, samota a deprese.  
Prostě leden na Staromáku.



**ČT 3**  
**Junácké jódlování a burza dárků**  
MINUTA | 19.00  
Ke klasickému zpívání tentokrát přidáme burzu (nepotřebných) vánočních dárků. Pošli to dál!



**PÁ 4**  
**Mindfulness s Danou Buriánovou**  
MINUTA | 18.30  
Mindfulness, Vnitřní kritik a Novoroční gruntování. Aneb jak záhajt nový rok 2019 laskavě.



**PO 7**  
**Improvizadlo: Raci vs. Poločas nápadu**  
STUDIO | 19.30  
Chcete se opravdu pořádně zasmát? Chcete zažít skutečné napětí? Přijďte na improzapas!



**PO 7**  
**Debatní klub**  
RENÉ | 19.30  
Pravidelně se scházíme a rozvíjíme své schopnosti debatováním. I pro začátečníky!



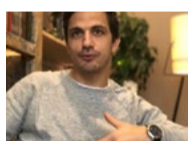
**ÚT 8**  
**Libor Hoření, odpovědný milionář**  
MINUTA | 19.00  
O podnikatelských příležitostech, ale také o vracení společnosti se zakladatelem Dobrořáků.



**ST 9**  
**Proč živíme armádu?**  
MINUTA | 19.00  
Nešlo by finanční prostředky na obranu vynaložit účelněji? Tomáš Kučera z FSV UK.



**ČT 10**  
**SI dopo: Samota a co s ní**  
STUDIO | 10.00  
S psycholožkou Anitou Michajlukovou o tom, jak zvládnout být sám se sebou.



**ČT 10**  
**Sebedůvěra a odvaha konat**  
MINUTA | 19.00  
Jak můžeme v sobě najít zdroj odvahy k děláni nových věcí? Přednáší Munir Hassairi.



**ČT 10**  
**divadlo: Soukromé rozhovory**  
STUDIO | 19.30  
Bergmanovská variace pro tři hlasy a trubku. Pro spolek JEDL režíruje Jan Nebeský.



**PÁ 11**  
**SI dopo: Setkání domškoláků**  
MINUTA | 10.00  
V pravidelné domškolácké skupině tentokrát probereme téma Antarktida.



**PÁ 11**  
**Mindfulness s Markem Víchem**  
MINUTA | 18.30  
O programu Relational Mindfulness Training (RMT), který rozvíjí všímavosti v komunikaci.



**NE 13**  
**Silva Šírová Sextet**  
STUDIO | 15.30  
Jazzový sextet (trubka, sax/fl, pno, guit, bass, dr), který hraje hlavně vlastní autorské skladby.



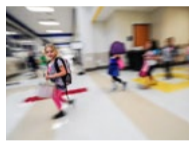
**PO 14**  
**TrueStory: Depresivní porucha**  
MINUTA | 19.00  
Svůj příběh nám představí Martin, který má zkušenost s periodickou depresivní poruchou.



**PO 14**  
**Kolumbie: nejen kokain a káva**  
STUDIO | 19.00  
Marek po více než 30 navštívených zemích dle jeho slov objevil ráj, ráj jménem Kolumbie...



**PO 14**  
**Debatní klub**  
RENÉ | 19.30  
Tentokrát bude součástí setkání workshop na téma "Jak pracovat s příklady a důkazy v debatě".



**ÚT 15**  
**EDUpoint: EDUinspirace**  
MINUTA | 17.00  
Petra Dočkalová o využívání Feuersteinovy metody v každodenním školním učení.



**ÚT 15**  
**Elektrony a jiná kvantová havěť**  
STUDIO | 19.00  
Vědce kvantový svět vzrušuje. Co ale nabízí občanovi, který denně sleduje zprávy a platí daně?



**ÚT 15**  
**Michal Parížek: Co s globalizací?**  
MINUTA | 19.00  
Bude globalizace znamenat zásadní politickou změnu a odklon od politiky založené na státech?



**ST 16**  
**Zacvič SI: Jóga**  
MINUTA | 19.00  
Přijďte zkusit propojit dech, soustředění, pružnost a sílu. Pro začátečníky i pokročilé.



**ČT 17**  
**SI dopo: Snídaně se Zdeňkem Hříbem**  
SÁL | 10.00  
Pojďme společně posnídat a pobavit se u toho, jaké je řídit hlavní město a jaká Praha má být.



**PÁ 18**  
**SI dopo: Linoryt a knižní vazba**  
RENÉ | 11.00  
Přijď si vyzkoušet techniku linorytu a jednoduchou knižní vazbu. Více na fb.



**PO 21**  
**SI dopo: Jóga**  
MINUTA | 9.30  
Jóga a kaččo v Čítárně. Může být lepší začátek týdne?



**PO 21**  
**Debate club**  
RENÉ | 19.30  
We regularly meet to develop our debating skills. Once in a time even in English.



**PO 21**  
**pidivadlo: Probuzení jara**  
STUDIO | 19.30  
Dospívající děti se musí vypořádat s pokrytectvím, upjatostí a zkosnatelostí světa dospělých...



**ÚT 22**  
**EDUpoint: Učitelův večer**  
STUDIO | 17.30  
Pravidelné setkávání pro všechny, kdo se od sebe chtějí učit, jak učit.



**ÚT 22**  
**Grónsko: 200 km arktickou divočinou**  
STUDIO | 19.00  
Jaké je trekovat panenskou tundrou? V zemi, kde lišky dávají dobrou noc a sobi dobré ráno?



**ÚT 22**  
**debata Hledání prvního principu RENÉ | 19.00**  
Pokusíme se hledat a nabízet účinné 'recepty' na téma *Duchovní život ve smíšených oddílech*.



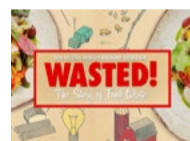
**ÚT 22**  
**Volební kampaně: Otázka peněz?**  
MINUTA | 19.00  
Nakolik je volební zisk zásluhou jednotlivých politiků a nakolik marketingu volebních kampaní?



**ST 23**  
**SI dopo: H. Illnerová o světle a radosti**  
MINUTA | 10.00  
O synchronizaci našeho vnitřního času s vnějším světlem. Tentokrát za světla dopoledního.



**ST 23**  
**Ztraceni v digitálním světě**  
MINUTA | 18.00  
Jak zasahuje digitální svět do našeho života a co dělá s naší spokojeností? S koučkami Re:Life.



**ST 23**  
**Wasted! Jídlo na vyhození**  
STUDIO | 19.00  
Promítání filmu - poznejte problematiku plýtvání potravinami očima slavných kuchařů.



**ČT 24**  
**SI dopo: Školky Montessori**  
MINUTA | 11.00  
O výhodách alternativního vzdělávání, nových přístupech a o tom fungování školek Montessori.



**ČT 24**  
**Jak cestovat levně a efektivně**  
STUDIO | 19.00  
Mrknem na tipy, jak sehnat levné letenky, jak bydlet zadarmo a jaké appky vám pomůžou.



**ČT 24**  
**Cesta k Česku: Sbohem, Československo**  
MINUTA | 19.00  
Tomáš Řehák - Špalek a Petr Just povídají o událostech let 1989-1993.



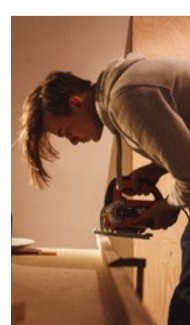
**PÁ 25**  
**SI dopo: Setkání domškoláků**  
MINUTA | 10.00  
V pravidelné domškolácké skupině tentokrát na téma První republika a Skautská pošta.



**PÁ 25**  
**Mindfulness s Šimonem Grimmichem**  
MINUTA | 18.30  
Lektor Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) a téma "Meditace a hledání vlastní cesty."



**ÚT 29**  
**EDUpoint: Akvárium**  
MINUTA 2. PATRO | 17.00  
Diskuze: Máme známkovat zpěv, kreslení a tělocvik? Pokud ano, proč?



**SO 26/1 - NE 3/2**  
**PŘESTAVUJEME!**  
VŠUDE | POŘÁD  
Týden na přelomu ledna a února bude u nás úplně zavřeno. Budeme totiž společně pracovat na tom, aby to tady bylo zase o něco skvělejší. Škrabání omítky, lití betonu, hoblování latí, zabrušování i vybrušování a tak dále. Mimochodem, jestli se chcete přidat, přivítáme vás! Napište na staromak@skautskyinstitut.cz. #makečítárnagreatagain