



AKADEMIE TŘETÍHO VĚKU



ve Středisku volného času
BETA Pardubice

**kurzy
podzim
2026**

Zřizovatelem
Střediska volného času
BETA Pardubice
je Statutární město Pardubice.



**Středisko volného času
BETA Pardubice**
Štolbova 2665
530 02 Pardubice



www.svcbeta.cz

Vydalo Středisko volného času BETA Pardubice © 2026



**Poznávání
a aktivity
nikdy
nekončí :)**



Co je to AKADEMIE TŘETÍHO VĚKU?

- Nabídka celoživotního vzdělávání určená zejména lidem v postproduktivním věku
- Možnost vzdělávat se v různých oborech podle zájmu
- Žádný strach z testů, zkoušek nebo psaní seminárních prací
- Absolventi získávají osvědčení o absolvování kurzu
- Komunita podobně naladěných lidí, prostor pro konverzaci o tématu u kávy a čaje

Studium na A3V není jen o poznání – je to i o radosti ze života, udržení mentální aktivity a navazování nových přátelství. Mnozí senioři si díky těmto programům plní dávné sny o studiu.

PŘIHLAŠOVÁNÍ

Kdo se může přihlásit?

Senioři 60+ bez ohledu na dosažené vzdělání.

Jak se přihlásit?

- v kanceláři SVČ BETA Pardubice
- na tel.: +420 608 146 768
- email: iveta.zemanova@svcbeta.cz

Zahájení studia: říjen 2026



PSYCHIKA V SENIORSKÉM VĚKU A MEZIGENERAČNÍ POROZUMĚNÍ

Termíny: 6. 10. 2026, 20. 10. 2026, 3. 11. 2026
Čas: 9:00 - 11:00*
Lektor: Mgr. Monika Kopecká
Cena: 300 Kč
Kapacita: 20 účastníků

Minikurz je zaměřen na porozumění specifikům psychiky v seniorském věku a na podporu duševní pohody v pozdějších obdobích života. Účastníci se seznámí s proměnami emocí, myšlení a motivace ve stáří, s možnostmi, jak posilovat psychickou odolnost, smysl života a pozitivní pohled na svět. Součástí kurzu je také téma mezigenerační komunikace a předcházení nedorozuměním v rodině i ve společnosti. Kurz nabízí praktické podněty k udržení duševní svěžesti, aktivního přístupu k životu a dobrých mezilidských vztahů.

ZDRAVÍ Z PŘÍRODY - AKTIVNÍ STÁŘÍ V ROVNOVÁZE 2

Termíny: 1. 10. 2026, 15. 10. 2026, 29. 10. 2026
12. 11. 2026, 26. 11. 2026
Čas: 9:00 - 11:00*
Lektorka: Mgr. Irena Bartošová
Cena: 500 Kč
Kapacita: 20 účastníků

Navazujeme na úspěšný kurz zaměřený na využití léčivých darů přírody. Zopakujeme a rozšíříme znalosti o přírodních prostředcích a jejich využití k podpoře zdravého a aktivního života. Účastníci mohou využít bylinkovou poradnu a nebude chybět ani osvojení dechových a jógových cvičení a relaxačních technik.

* včetně přestávky na malé občerstvení