

# VZDĚLÁVACÍ A KULTURNÍ CENTRUM PRO SENIORY



Přístav 7

## ČERVEN 2019

WHATSAPP | 12. 6. 10:00–12:00 | internetové volání a psaní zpráv v mobilním telefonu

### KOMUNITNÍ CENTRUM / AKCE ZDARMA

#### PŘEDNÁŠKY A AKCE

Hrajeme deskové a karetní hry

pondělí 3. 6. | 16:00–17:00

#### Pitný režim

středa 5. 6. | 14:15–15:45

Zdravý jídelníček.

#### Dámský klub

středa 5. 6. | 16:15–17:45

#### Skotsko, Orknejské ostrovy a Hebridy

čtvrtek 6. 6. | 14:00–15:30

Cestovatelský klub.

#### Krokodýlí kalendář

pondělí 10. 6. | 10:00–11:00

Hendikepu navzdory.

#### Chile – pouští do národního parku

pondělí 10. 6. | 13:00–14:30

Cestovatelský klub.

#### Šachový klub

pondělí 10. 6. a 24. 6. | 14:30–16:00

#### Diskusní klub

pondělí 10. 6. | 15:00–17:00

#### Filmový klub

pondělí 10. 6. | 16:15–17:45

Zkáza krásou (režie Helena Třeštíková, Jakub Hejna, 2016, ČR).

#### Inspirace přírodou

#### aneb úvod do permakultury

úterý 11. 6. | 15:30–17:00

Komunitní zahrada Botanicula.

#### William Shakespeare a divadlo v 16. století

čtvrtek 13. 6. | 14:00–15:30

#### Hodně talentu, málo času

středa 19. 6. | 15:00–16:30

Osudy slavných.

#### Pějme píseň dokola

pondělí 24. 6. | 17:30–19:00

Zpívání s kytarou.

#### Přírodní zahrady Rakouska

úterý 25. 6. | 15:30–17:00

Komunitní zahrada Botanicula.

#### Nájemní smlouvy

#### a podílové spoluvlastnictví

středa 26. 6. | 9:00–10:30

Právní minimum pro seniory.

#### Nebesky lahodná havajská káva

čtvrtek 27. 6. | 14:00–15:30

Přednáška nad lahodným šálkem kávy.

#### POČÍTAČE

#### Cestování a mapy

úterý 11. 6. | 14:00–15:00

#### Vyhledávání zájezdů

úterý 18. 6. | 14:00–15:00

#### Jízdní rády – IDOS a DPP

úterý 25. 6. | 14:00–15:00

#### PORADNY Rezervace nutná.

právní, psychologická, dobrovolnická, počítačová, poradna pro tablety a chytré telefony

Termíny na telefonu 222 264 846.

#### TVŮRČÍ DÍLNY

#### Pletářský klub

pondělí 3. 6. a 17. 6. | 14:00–16:00

#### Bonusová kresba

úterý 4. 6. | 14:15–16:15 Zvířata

úterý 18. 6. | 14:15–16:15 Plenér

#### Výtvarka pro pravou hemisféru

pátek 7. 6. | 13:35–15:35

Léto ve městě.

#### Youtuberem v šedesátí

čtvrtek 13. 6. a 27. 6. | 15:00–17:00

Jak natáčet krátká videa na mobilní telefon.

#### Vyvolávání fotografií

čtvrtek 13. 6. a 27. 6. | 15:30–17:30

#### Miniatury z lýka

čtvrtek 13. 6. | 16:00–18:00

#### Moderní vyšívání

neděle 23. 6. | 14:00–17:00

#### Míchání bylinných vykuřovacích směsí

čtvrtek 20. 6. | 10:45–12:45

#### Svatojánské tvoření – levandulové šišky a květy kolem nás

čtvrtek 27. 6. | 16:00–18:00

#### CVIČENÍ A POHYB

kondiční a zdravotní cvičení, senior cirkus, meditace a tango

Termíny a obsazenost skupin na telefonu 222 264 846.

### Ostatní placené kurzy

#### POČÍTAČE

#### Android akademie I.

út, čt, pá 4. 6. – 14. 6. | 10:15–12:15

Základy používání chytrého telefonu.

Cena: 999 Kč/10 hod.

#### Android akademie II.

út, čt, pá 18. 6. – 28. 6. | 10:15–12:15

Pokračujeme s chytrým telefonem.

Cena: 999 Kč/10 hod.

#### PROCHÁZKA

#### Pražská nábřeží

úterý 11. 6. | 14:00–16:00

Procházky Prahou. Cena: 50 Kč.

#### TVŮRČÍ DÍLNY

#### Ateliér kresby

středa 12. 6. | 9:00–11:00 Ilustrace

středa 26. 6. | 9:00–11:00 Lidská figura

Cena: 99 Kč/2 hod.

#### JAZYKY

angličtina, němčina, italština, francouzština a španělština

#### CVIČENÍ A POHYB

zdravotní cvičení, pilates, jóga a chi-kung

Termíny na telefonu 222 264 846.

Přihlášení a informace na tel.: 222 264 846 nebo e-mailem: pristav7@elpida.cz

Adresa: Jankovcova 8b | Praha 7 | www.pristav7.cz

Otevírací doba: Po–Čt 8:30–17:00 | Pá 8:30–14:00

Jak k nám? METRO Vltavská, Palmovka, Nádraží Holešovice

TRAM 1, 6, 14, 25 – zastávka Maniny a U Průhonu

BUS 156 – zastávka Přístav Holešovice



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR

