

VZDĚLÁVACÍ A KULTURNÍ CENTRUM PRO SENIORY



ZÁŘÍ 2019

ÚTERÝ 1. 10. 2019 | DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

KOMUNITNÍ CENTRUM / AKCE ZDARMA

PŘEDNÁŠKY A POŘADY

Počet míst omezen, rezervace nutná.

KOŘENÍ A BYLINY V KUCHYNI

středa 4. 9. | 13:45–15:45

Zdraví na talíři.

DEN PÉTANQUE

středa 11. 9. | 10:00–15:00

Zábavný společenský den.

ZÁKLADNÍ VĚCI ČLOVĚKA

středa 11. 9. | 14:00–15:30

O významu truchlení a představení nové Poradny pro pozůstalé.

OPEVNĚNÍ

středa 18. 9. | 9:00–10:30

Povídání o Praze.

KRIZOVÁ POMOC PRO SENIORY

A KDE JI HLEDAT

středa 18. 9. | 13:30–15:00

Akademie zralého věku.

DAROVACÍ SMLOUVA

pátek 20. 9. | 10:45–12:15

Právní minimum pro seniory.

AIDA

středa 25. 9. | 13:30–15:00

Opera žije.

ŠVANDOVO DIVADLO

čtvrtek 26. 9. | 14:45–16:15

Divadelní klub.

PC A TABLET

Novinky a triky ze světa internetu.

TÉMATY DNEŠKA PC

středa 1x za 14 dní | 11:30–12:30

4. 9. Práce s oknem ve Windows

18. 9. Cestování a mapy

TÉMATY DNEŠKA ANDROID

středa 1x za 14 dní | 11:30–12:30

11. 9. Překladač

25. 9. Gmail účet

PORADNY REZERVACE NUTNÁ

ANDROID PORADNA S O2 GURU

středa 4. 9. a 18. 9. | 10:00–12:00

Individuální poradna pro seniorské uživatele tabletů a smartphonů – 20 min.

PC HELP

středa 4. 9. a 18. 9. | 12:45–13:45

Všeobecná a jedinečná poradna pro seniorské uživatele počítačů – 60 min.

PREVENCE DEMENCE

úterý 10. 9. | 9:00–12:00

Individuální poradna pro seniory – 30 min.

ANDROID HELP

středa 11. 9. a 25. 9. | 12:45–13:45

Poradna pro dotykové telefony a tablety. Skupina max. osm klientů – 60 min.

PRÁVNÍ PORADNA

pátek 13. 9. a 27. 9. | 10:30–14:00

Individuální poradna pro seniory.

TVŮRČÍ DÍLNY

ZAPLEŤTE SE S NÁMI

každý čtvrtek | 14:15–16:15

Kurz vedený pletáčkami z projektu ponožky od babičky.

FOTOKAFE

úterý 10. 9. a 24. 9. | 12:30–14:00

Pravidelné setkávání klubu amatérských fotografů.

ZPRACOVÁVÁME STARÁ TRIČKA

čtvrtek 19. 9. | 14:45–16:45

Recy věci.

RÁDIO ELPIDA

středa 13. 9. a 27. 9. | 13:00–14:30

Dílňa rétoriky a mluveného slova.

DESKOVÉ HRY

pravidelně v úterý | 13:00–15:00

Informace na recepci.

Ostatní placené kurzy

PC, TABLET A TELEFON

ANDROID AKADEMIE I.

4. 9. – 18. 9. | Po, St 14:15–16:15

Základy používání chytrého telefonu.

Cena: 999 Kč/10 hod.

TAKY NESTÍHÁTE?

pondělí 9. 9. | 10:00–12:00

Kalendář, budík a připomínky.

Cena: 199 Kč/2 hod.

BÝT V OBRAZE

čtvrtek 12. 9. | 10:00–12:00

Zpravodajství a informace na dotek.

Cena: 199 Kč/2 hod.

GYMNASTIKA MYŠLENÍ

MOZKOVÝ JOGGING

úterý 10. 9. – 23. 6. | 9:00–10:00

úterý 10. 9. – 23. 6. | 10:00–11:00

Celoroční kurz vede Eva Hrazdřerová.

Cena: 345 Kč/5 lekcí (60 min.).

JAZYKY

ANGLIČTINA, NĚMČINA, ITALŠTINA, ŠPANĚLŠTINA A FRANCOUZŠTINA

Všech úrovní, aktuální data a obsazenost skupin na telefonu 272 701 335.

CVIČENÍ VOLNÁ MÍSTA NABÍZÍME:

CHI-KUNG každé úterý 10:15–11:45

Cena: 525 Kč za 5 lekcí/90 min.

JÓGA každý čtvrtek 11:30–12:30

Cena: 350 Kč za 5 lekcí/60 min.

Přihlášení a informace na telefonu **272 701 335** nebo e-mailem **info@elpida.cz** | **www.elpida.cz**
Na Strži 40 | Praha 4 - Pankrác (u hlavní pošty) | Otevírací doba Po–Čt 8:30–17:00, Pá 8:30–14:00



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



Nadace O₂



nadační fond avast