

PROGRAM PROSTORu 90 (komunitního centra)

ŘÍJEN 2025
S NÁMI SAMI SEBOU JIŽ 35 LET

Letní měsíce skončily a kromě toho, že začíná zimní semestr, máme pro vás připravený bohatý program a další akce už pro vás chystáme.

Na akce se prosím přihlašujte **osobně na informacích PROSTORu 90 (komunitního centra)**, **e-mailem na adresu prostor90@zivot90.cz** nebo **telefonicky na čísle 222 333 555**.

Kapacita našich akcí je omezená, nezapomeňte si včas rezervovat své místo.

Změna programu je vyhrazena, aktuální informace jsou dostupné na stránkách www.zivot90.cz.

Pokud není uvedeno jinak, akce jsou zdarma.

Provozní doba informací PROSTORu 90 (komunitního centra) a pokladny divadla: Po – Pá 9:00–12:30, 13:00–16:00

V čase večerního představení divadla je pokladna otevřena hodinu před začátkem.

Adresa: ŽIVOT 90, Karoliny Světlé 18, Praha 1, 110 00

AKADEMIE

DIVADLO U VALŠŮ

středa 1. října a čtvrtek 23. října

KAREL ČAPEK – JAK SE DĚLÁ DIVADLO

19:00 - 20:30

DIVADLO U VALŠŮ

Scénické provedení causerie Karla Čapka: Jak se dělá divadlo.

Skupina mladých nadšenců v seniorském věku bude hrát, zpívat i tančit pro stále svěží myšlenky Karla Čapka a melodie Jaroslava Ježka, R. A. Dvorského, Emany Fialy, Jarku Motla a dalších populárních umělců první republiky.

Účinkují herci Tyjátru, tanečníci pod vedení Renaty Brožové a pěvecký sbor Květy Žákové pod vedením Anny Brdičkové.

Vstupné 200/160/120 Kč.

čtvrtek 2., 9., 16., 23. a 30. října

KLUB PŘÁTEL PÉTANQUE

11:00 - 12:00

SRAZ V ŽIVOTĚ 90

Klub přátel pétanque – Pétanque (česky kouléná) je francouzská společenská hra, kterou provozujeme v prostorách ŽIVOTa 90. V případě nepříznivého počasí hrajeme společně kulečník. Chcete se přidat?

Obracejte se přímo na Stáňu na telefonním čísle 736 247 956, nebo se přihlašujte v kanceláři PROSTORu 90 (komunitním centru).

čtvrtek 2. října

VYCHÁZKA: BUBENEČ - II. ČÁST: OD SKLENĚNÉHO PALÁCE K VILE OTTO PETSCHKA

10:00

**SRAZ PŘED SKLENĚNÝM PALÁCEM,
NÁM. SVOBODY 1, PRAHA 6**

Projdeme Bubeneč od funkcionalistického Skleněného paláce přes vily významných architektů od Jaromíra Krejčara, Josefa Gočára i od dvojice pražských německých architektů Ernsta Mühlsteina a Viktora Fürtha.

Připomeneme si rodinu Petschků i osobnost Vojtěcha Lanny. Dozvíte se také o slavné krejčovské slavnosti „Slamník“.

Provede vás paní Mgr. Stanislava Micková.

Vstupné se platí na místě.

Vstupné 50 Kč.

Program v PROSTORu 90 (komunitním centru) se koná za finanční podpory:



Státní fond kultury ČR



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY



VEŠTĚKÁ ČÁST
PRAHA 1



ŽIVOT⁹⁰
S NÁMI SAMI SEBOU
1990-2025 JIŽ 35 LET

čtvrtek 2. října

KLUB FILATELISTŮ

16:30 - 19:00

DŘEVÁK

Přednáška pana Mgr. Michala Musila "Služby dodávání balíků v České republice".

Přednáška na téma „Služby dodávání balíků v České republice“ se zaměří na jednotlivé provozovatele těchto služeb, jimi poskytované služby a poštovní doklady dokumentující jejich činnost. Součástí prezentace bude i představení jednotlivých trendů na trhu a změn v poskytování těchto služeb.

čtvrtek 2. října

JAK SE HLADÍ DUŠE S IVANOU BROŽOVOU A JOSEFEM OPLTEM

16:00 - 17:30

DIVADLO U VALŠŮ

Oblíbený pořad Františka Novotného, básníka, textaře, člena síně slávy Českého rozhlasu a nositele medaile Karla Čapka, se tentokrát stane galavečerem libých melodií operety a tradiční české dechovky, protože jeho hosty budou hvězdy tohoto žánru, sólistka Hudby Hradní stráže a ministerstva vnitra Ivana Brožová a Josef Oplt, sólista Hudby Čs. Armády, Hudebního divadla v Karlíně a stálý host operety Divadla J.K.Tyla v Plzni, známý z hudebních pořadů v rozhlasu i televizi, a mnoha vystoupení u nás i v zahraničí.

Vstupné: 200/160/120 Kč.

pátek 3., 10., 17., 24. a 31. října

PĚVECKÝ SBOR KVĚTY ŽÁKOVÉ

10:30 - 12:30

DŘEVÁK

V současnosti tvoří sbor 26 dam ve věku od 73 do 99 let a sbormistryně Anna Brdičková. Společně zpívají už více jak 35 let. Základní repertoár tvoří národní písně v úpravě pro tři hlasy. Stále přijímají nové členky. Zkouší každý pátek při klavíru.



Program v PROSTORu 90 (komunitním centru) se koná za finanční podpory:



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY



Nadace
EP Group



úterý 7. října

ORIENTAČNÍ BĚH ŽIVOTA 90 ANEBO „ŽIVOT V BĚHU“

9:30 - 11:30

**SRAZ NAPROTI NÁM.
KINSKÝCH U RŮŽOVÉ
PLASTIKY TORZA TANKU**

Srdečně Vás zveme na Orientační běh ŽIVOTA 90. Celá akce proběhne v zahradě Kinských. Úkolem každého účastníka bude s přiloženou mapkou najít zobrazená stanoviště, splnit zadané úkoly a dojít do cíle v Růžovém sadu. První tři místa odměníme slevami na kurz v dalším semestrálním období. Přijďte si zasoutěžit.

středa 8. října

ŠANSON – VĚC VEŘEJNÁ – HOST JIŘÍ OLMER

19:00 - 21:00

DIVADLO U VALŠŮ

Říjnový šansonový večer pohladí duši a vylepší náladu v začínajícím podzimu. Zazní šansony populární i méně známé, na slavné písně a život Evy Olmerové zavzpomíná její bratr Jiří Olmer, který bude hostem večera.

Zpívat budou Alena Hladká, Jana Rychterová a Filip Sychra, na klavír je doprovodí skvělý Radim Linhart. Vstupné: 200/160/120 Kč.



neděle 12. října

LIDOVÉ PÍSNIČKY

14:00 - 16:00

DŘEVÁK

Zavřete oči a zaposlouchejte se do známých a stále krásných děl písničkáře Karla Hašlera, hudebního skladatele Karla Vejvody a akordeonisty a skladatele Bohumila Bláhy. V pořadu Heligonky zazní dechovky, polky i tanga. Hraje pan Vladimír Jícha. Vstupné se platí na místě. Vstupné 50 Kč.

ŽIVOT⁹⁰
S NÁMI SAMI SEBOU
1990-2025 JIŽ 35 LET

úterý 14. října

PŘEDNÁŠKA: FRANTIŠEK THOMAYER A PARKOVÉ ÚPRAVY SADŮ DO KONCE 19. STOLETÍ

15:30 - 17:00

DŘEVÁK

Dobrou nejrychlejšího zakládání městských parků byla poslední čtvrtina 19. století. Je spojena s geniální osobností Františka Thomayera. Jako městský zahradník rekonstruoval, dokončoval nebo zakládal např. park na Karlově náměstí, Chotkovy sady, dnešní Vrchlického sady, park na Poříčí, na Žofíně i východní část Letenských sadů, ale také soukromé zahrady Kramářovy vily a Strakovy akademie.

Přednáší paní Mgr. Stanislava Micková.

Vstupné se platí se na místě.

Vstupné 50 Kč.

úterý 14. října

ZDRAVOTNÍ SAMOOBSLUHA

14:30 - 16:00

RŮŽOVKA

Téma: Duševní pružnost

Jak zvládnout nepříjemnosti každodenního života.

Jak na správný denní rytmus.

Vede Lída Vladyková

Vstupné se platí na místě.

Vstupné 20 Kč.

středa 15. října

LEGENDY ČESKÉHO JEVIŠTĚ – JAN KAČER

16:00 - 17:30

DIVADLO U VALŠŮ

V dalším díle cyklu Legendy českého jeviště zavzpomínáme na režiséra a herce Jana Kačera. O založení a inscenacích slavného Činoherního klubu. O působení ve „vyhnanství“ v Ostravě a návratu do Prahy, do Národního divadla. Svědectví přinesou Jitka Smutná, Jan Vlasák a dcery Simona Kačerová, Adéla Kubačáková-Kačerová a Klára Cimburová – Kačerová. Vstupné: 200/160/120 Kč.



Program v PROSTORU 90 (komunitním centru) se koná za finanční podpory:



pátek 17. října

VYCHÁZKA: Z PANKRÁCE PŘES KAVČÍ HORY DO PODOLÍ

10:00

SRAZ: PŘED HLAVNÍM VCHODEM DO OBCHODNÍHO CENTRA ARKÁDY PANKRÁC

Upozornění – metro C ve stanici Pankrác nezastavuje, jede tam tramvaj č. 19 z Pražského povstání, nebo autobusy čísla 134, 188, 193. Trasa vycházky je dlouhá, mějte dobré boty a oblečení do každého počasí. Pankrácká pláň od pravěkého osídlení přes věznici 19. století a sídlo České televize až po dnešní pražské mrakodrapy. Uvidíme místa bývalé nouzové kolonie a rasovny, z Kavčích hor krásné výhledy na Prahu i rozestavěný Dvorecký most. Zastavíme se také u plaveckého stadionu v Podolí, postaveného na místě někdejšího lomu a cementárny.

Provede vás Vlasta Trojanová. Kapacita je omezena na 25 účastníků.

Za vycházku se platí předem na pokladně ŽIVOTa 90.

Vstupné 50 Kč.

pátek 17. října

ZAPOMEŇ NA HOLLYWOOD (ZABORAVI HOLLYWOOD)

19:30

DIVADLO U VALŠŮ

MEZINÁRODNÍ DIVADELNÍ FESTIVAL GAVRANFEST

Představení od Miro Gavrana je vtipná a zároveň citlivá komedie s dramatickými prvky, která mistrně zkoumá spleť mezilidské vztahy.

Délka představení: 60 min. bez přestávky, chorvatsky s českými titulky.

sobota 18. října

PIVO

19:30

DIVADLO U VALŠŮ

MEZINÁRODNÍ DIVADELNÍ FESTIVAL GAVRANFEST

Pivo je komedie o vztahu otce a syna, během šedesáti let jejich života. Autor Miro Gavran se subtilním humorem a s velkou vřelostí líčí vztah otce od 23. do 83. roku jeho života, a syna od jeho narození až do 60. roku života.

Délka představení: 100 min. bez přestávky, slovinsky s českými titulky.

ŽIVOT⁹⁰

S NÁMI SAMI SEBOU
1990–2025 JIŽ 35 LET

pondělí 20. října

AGENTURA PRO ŠTĚSTÍ (AGENCIJA ZA SREĆU)

19:30

DIVADLO U VALŠŮ

MEZINÁRODNÍ DIVADELNÍ FESTIVAL GAVRANFEST

Výjimečná romantická komedie se známými nám blízkými lidskými hrdiny, která díky první agentuře v Chorvatsku, založené podle podobné agentury v Japonsku, bude řešit všechny možné emoční problémy. Ale Chorvatsko přeci jen není Japonsko a všechno by se mohlo zvrtnout neočekávaným směrem.

Délka představení: 100 min. včetně přestávky, chorvatsky s českými titulky.

úterý 21. října

ZDRAVOTNÍ SAMOOBSLUHA

14:30 - 16:00

RŮŽOVKA

Téma: Všichni žijeme v blázinci

Jak působí mobil na děti a jak proti manipulaci.

Vede Lída Vladyková.

Vstupné se platí na místě.

Vstupné 20 Kč.

čtvrtek 30. října

LEGENDY ČESKÉ OPERY – VÁCLAV BEDNÁŘ, KAREL BERMAN A EDUARD HAKEN

16:00 - 18:00

DIVADLO U VALŠŮ

Připomeneme si životní i osudové role pěveckých legend Václava Bednáře – baryton, Karla Berman – basbaryton a a Eduarda Hakena – bas.

Hudební nahrávky doprovodí odborným slovem PhDr. Radmila Hrdinová.

Vstupné: 200/160/120 Kč.

úterý 21. října

HRAJEME DESKOVKY

14:00 - 15:30

DVOJKA

Přijďte na setkání u deskových a karetních her. A jestli máte rádi jiné hry, přijďte také. Vezměte s sebou i tu, kterou máte doma a je Vaše oblíbená. Rádi se ji naučíme a zahrajeme si s Vámi.

Vede Zlata Pabstová.

PŘIPRAVILI JSME PRO VÁS NOVÉ KURZY

středa 1. října

CVIČENÍ NA ŽIDLÍCH

13:00 - 14:00

Cvičení na židlích je šetrná a účinná forma pohybu, která ulevuje od bolesti a ztuhlosti. Je vhodná pro lidi s problémy s klouby, zády či kyčlemi i pro ty, kdo dávají přednost cvičení v sedě. Jednoduché cviky procvičí celé tělo, posílí svaly, zlepší rovnováhu a podpoří vitalitu, a to v přátelské atmosféře vhodné i pro začátečníky.



čtvrtek 2. října

ŠPANĚLŠTINA PRO ZAČÁTEČNÍKY - OBJEVUJTE JAZYK I KULTURU

9:00 - 10:30

Chcete se naučit základy španělštiny a nahlédnout do španělské kultury? V kurzu vás čeká slovní zásoba, gramatika i běžné konverzační situace pro cestování. Lektorka Klára Matějovská, která několik let žila ve Španělsku, vám kromě jazyka představí i tamní život, tradice a zajímavá místa. Kurz je vhodný pro začátečníky i ty, kteří si chtějí španělštinu osvěžit. Budeme mluvit, poslouchat, číst a společně objevovat španělský svět!

Program v PROSTORu 90 (komunitním centru) se koná za finanční podpory:



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY



Nadace
EP Group

MINISTERSTVO
KULTURY



ŽIVOT⁹⁰

S NÁMI SAMI SEBOU
1990 - 2025 JIŽ 35 LET