

DUBEN 2026

ŽIVOT⁹⁰

PROSTOR 90 (komunitní centrum)

Karoliny Světlé 18, 110 00 Praha 1

Tvoříme PROSTOR, kde starší lidé nacházejí PODPORU a jejich HLAS je slyšen.

Už od roku 1990 jsme tu pro starší lidi, jejich blízké i pečující.

ŽIVOT 90 stojí na dvou rovnocenných pilířích:

- PODPORA 90 (sociální služby)
- PROSTOR 90 (komunitní centrum)

čt 2., 9., 16., 23., 30. 4. KLUB PŘÁTEL PÉTANQUE

11:00-12:00

SRAZ V ŽIVOTĚ 90

st 8. 4.

19:00-21:00

260/200/150 Kč

ŠANSON - VĚC VEŘEJNÁ:

BARBORA MUNZAROVÁ

MULTIFUNKČNÍ SÁL

čt 9. 4.

10:00

80 Kč

VYCHÁZKA:

**NA KRÁLOVSKÝCH VINOHRADECH
MEZI DVĚMA VÁLKAMI**

Sraz před kostelem sv. Ludmily na nám. Míru.
Vstupné se platí na místě.

čt 9. 4.

15:15-16:45

50 Kč

LIDOVÉ PÍSNÍČKY

Vstupné se platí na místě.

DŘEVÁK

pá 10., 17., 24. 4.

10:30-12:30

PĚVECKÝ SBOR KVĚTY ŽÁKOVÉ:

SENIORKY ŽIVOTa 90

DŘEVÁK

po 13. 4. - pá 24. 4.



JARNÍ BAZÁREK

Dejte svým věcem druhý život a
udělejte si radost zároveň!

1.PATRO

**po 13. 4.
14:30-16:00**

**PŘEDNÁŠKA:
POVÍDÁNÍ O INDI**

DŘEVÁK

**út 14. 4.
9:30-11:30**

UKÁZKOVÉ HODINY STEP

Pohodlné oblečení a stepky nebo světlé
tenisky s hladkou podrážkou s sebou!

MULTIFUNKČNÍ SÁL

**út 14. 4.
14:30-16:30**

TECHNICKÁ PODPORA

Na přesný čas se prosím objednejte.

RŮŽOVKA

**út 14. 4.
14:30-16:00**

**ZDRAVOTNÍ SAMOOBSLUHA
TÉMA: PROČ NEZAPOMÍNAT NA ZELENINU**

Vstupné se platí na místě.

20 Kč

DVOJKA

**út 14. 4.
15:30-17:00**

**PŘEDNÁŠKA:
ZAHRADNÍ ARCHITEKTI PRVNÍ REPUBLIKY**

Vstupné se platí na místě.

80 Kč

DŘEVÁK

**st 15. 4.
10:30-11:30**

**WORKSHOP:
ZDRAVÝ ÚSMĚV V KAŽDÉM VĚKU**

DVOJKA

**st 15. 4.
14:30-16:00**

**KLUB "M"
MUŽI MEZI SEBOU**

RŮŽOVKA

čt 16. 4.

10:00

VYCHÁZKA:

**ZE STROSSMAYEROVA NÁM.
PŘES LETNOU KE STRAKOVĚ AKADEMII**

Sraz před kostelem sv. Antonína.
Paduánského na Strossmayerově nám.
Vstupné se platí na místě.

80 Kč

út 21. 4.

13:00-16:30

WORKSHOP:

**DIGITÁLNÍ HYGIENA PRO POKROČILÉ:
HESLA, ÚČTY A JEDNODUCHÝ
BEZPEČNOSTNÍ PLÁN**

Pokračovací workshop.
Workshop realizujeme díky podpoře
společnosti MSD Czech Republic.

DVOJKA

út 21. 4.

14:00-15:30

HRAJEME DESKOVKY

RŮŽOVKA

st 22. 4.

10:00-16:00



KVĚTINOVÝ SWAP

Směňte přebytky svých pokojových
rostlin, semínek i sazeniček.

MULTIFUNKČNÍ SÁL

út 28. 4.

14:30-16:00

ZDRAVOTNÍ SAMOOSLUHA:

SENIORSKÉ RADĚNÍ A MOŽNÁ PŘIJDE I...

Vstupné se platí na místě.

20 Kč

DVOJKA

st 29. 4.

13:00-14:30

WORKSHOP:

NAPIŠ SVOJÍ POVÍDKU

RŮŽOVKA

čt 30. 4.
14:00-15:00
NOVINKA!

CYKLUS PŘEDNÁŠEK:
ZVÍDAVOST NEZNÁ VĚK
CO JSME SE O SOBĚ DOZVĚDĚLI
Z ARCHAICKÉ DNA

Mgr. Jan Pačes, Ph.D. - AV ČR

MULTIFUNKČNÍ SÁL

čt 30. 4.
15:00-17:00

KOMUNITNÍ SETKÁNÍ:
NEFORMÁLNÍ SETKÁNÍ S OPÉKÁNÍM
ŠPEKÁČKŮ

Špekáčky v omezeném množství
za drobný poplatek.
Možnost přinést si i vlastní.

KOMUNITNÍ ZAHRADA

Kompletní program na www.zivot90.cz

Rezervace: prostor90@zivot90.cz | 222 333 555 | 775 863 249



A NA CO SE MŮŽETE TĚŠIT PŘÍŠTÍ MĚSÍC?

Majáles!

Není-li uvedeno jinak, akce jsou zdarma a konají se na adrese:
Karoliny Světlé 18, 110 00 Praha 1.

*těšíme se
na vás !*

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



MINISTERSTVO
KULTURY