

## ČERVEN 2026

### 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)

**po 1. 6.**

**10:00-11:30**

**WORKSHOP S dTEST:  
“NEBOJTE SE ŘÍCT NE”**

**DVOJKA**

**po 1. 6.**

**16:00-17:00**

**UKÁZKOVÁ HODINA  
LADY LATINO**

**MULTIFUNKČNÍ SÁL**

**út 2. 6.**

**14:00-16:00**



**ŽOLÍKOVÝ TURNAJ**

Přijďte si zahrát žolíky a poměřit síly  
v přátelském turnaji!

**MULTIFUNKČNÍ SÁL**

**st 3. 6.**

**17:00-18:00**

**UKÁZKOVÁ HODINA  
KUNG-FU**

**DŘEVÁK**

**čt 4., 11., 18., 25. 6.**

**11:00-12:00**

**KLUB PŘÁTEL PÉTANQUE**

**SRAZ V ŽIVOTĚ 90**

**čt 4. 6.**

**14:30-16:30**

**CYKLUS BEZPEČNĚ ONLINE**

**TÉMA: VOLALA VÁM BANKA?  
MOŽNÁ TO BYL PODVOD**

**REMINISCENCE**

**čt 4. 6.**

**15:15-16:45**  
**50 Kč**

## **LIDOVÉ PÍSNÍČKY**

Vstupné se platí na místě

**DŘEVÁK**

**pá 5., 12. 6.**

**10:30-12:30**

## **PĚVECKÝ SBOR KVĚTY ŽÁKOVÉ:**

**SENIORKY ŽIVOTA 90**

**DŘEVÁK**

**po 8. 6. - pá 19. 6.**

**od 9:00**



## **LETNÍ SWAP:**

### **DEJTE VĚCEM DRUHOU ŠANCI**

Přijďte si udělat radost a zároveň  
dát svým věcem druhý život!

**ŽIVOT 90 - 1. patro**

**po 8. 6.**

**14:30-15:30**

## **BESEDA: JAK SE LÉTÁ DO OBLAK**

Seznámení se sportem, o kterém  
se moc neví

**DŘEVÁK**

**út 9. 6.**

**14:00-15:30**

**20 Kč**

## **ZDRAVOTNÍ SAMOOBSLUHA**

**TÉMA: PLASTY A SENIOŘI**

Vstupné se platí na místě

**DVOJKA**

**út 9. 6.**

**14:30-16:30**

## **TECHNICKÁ PODPORA**

Na přesný čas se prosím objednejte

**RŮŽOVKA**

**út 9. 6.**

**15:30-17:00**

**80 Kč**



## **PŘEDNÁŠKA:**

**DVĚ, TŘI I ČTYŘI KOLA SE TOČÍ**

**KOHOUT, WALTER, JANEČEK A I DALŠÍ**

Od vynálezu kola až k motocyklům JAWA

Vstupné se platí na místě

**DŘEVÁK**

**út 9. 6.**

**19:00-21:30**

**260/200/150 Kč**

## **CUKRÁRNA U SLEPÉHO KOCOURA**

Divadelní představení představí Tyjátr 90!

**MULTIFUNKČNÍ SÁL**

**st 10. 6.**

**09:50-11:00**

## **KOMENTOVANÁ PROHLÍDKA**

**PRAGEROVÝCH KOSTEK**

Sraz před vstupem do CAMPU  
(Vyšehradská 51, Praha 2)

**CAMP**

st 10. 6.  
19:00-21:00  
260/200/150 Kč

**ŠANSON - VĚC VEŘEJNÁ:  
LUCIE POLIŠENSKÁ**

**MULTIFUNKČNÍ SÁL**

čt 11. 6.  
14:30-16:30

**CYKLUS BEZPEČNĚ ONLINE**

**TÉMA: NAKUPUJETE NA INTERNETU?  
TOHLE SI VŽDY ZKONTROLUJTE!**

**REMINISCENCE**

pá 12. 6.  
9:00-10:00

**UKÁZKA VIRTUÁLNÍ REALITY**

Vyzkoušejte si moderní technologie  
na vlastní kůži!

**DŘEVÁK**

po 15. 6.  
14:30-15:30

**PŘEDNÁŠKA O NOVÉM ZÉLANDU**

**DŘEVÁK**

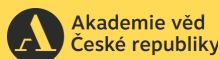
čt 18. 6.  
10:00  
80 Kč



**VYCHÁZKA: NA SVAZÍCH SMÍCHOVA  
I. ČÁST**

Sraz na zastávce autobusu 137  
a trolejbusu 52 Malvazinky  
(metro B – Anděl, výstup směrem Na Knížecí)

čt 18. 6.  
13:30-14:30



Akademie věd  
České republiky

**CYKLUS PŘEDNÁŠEK:  
ZVÍDAVOST NEZNÁ VĚK**

**KREV A JEJÍ NEMOCI**  
Ing. Lucie Láníková, Ph.D.

**MULTIFUNKČNÍ SÁL**

čt 18. 6.  
14:00-15:30

**KLUB "M" - MUŽI MEZI SEBOU**

**RŮŽOVKA**

čt 18. 6.  
14:30-16:30

**CYKLUS BEZPEČNĚ ONLINE**

**TÉMA: PODVODY NA WHATSAPPU  
A MESSENGERU - POZOR I NA ZNÁMÉ!**

**REMINISCENCE**

čt 18. 6.  
17:00-19:00

**SEZNAMKA NARUBY**

Setkání, kde vznikají přátelství  
napříč generacemi



Přihlašování: +420 705 717 937

**MULTIFUNKČNÍ SÁL**

út 23. 6.

10:00  
80 Kč



### VYCHÁZKA:

#### ZAHRADY PRAŽSKÉHO HRADU

Sraz vedle Morového sloupu Nejsvětější  
Trojice před Kostelem sv. Mikuláše  
na Malé Straně

út 23. 6.

14:00-15:30  
20 Kč

### ZDRAVOTNÍ SAMOBSLUHA

#### TÉMA: MOZEK - JAK HO TRÉNINKEM ZLEPŠOVAT

Vstupné se platí na místě

**DVOJKA**

út 23. 6.

14:00-15:30

### HRAJEME DESKOVKY

**REMINISCENCE**

út 23. 6.

14:30-16:30

### TECHNICKÁ PODPORA

Na přesný čas se prosím objednejte

**RŮŽOVKA**

st 24. 6.

10:00-12:00

### SPOLEČNÝ PIKNIK VE STROMOVCE

Sraz u tramvajové zastávky Výstaviště

čt 25. 6.

8:45

### VÝLET NA KARLŠTEJN

Společná cesta vlakem a prohlídka hradu  
Sraz u pokladen na Hlavním nádraží  
(jízdenku a vstupné si každý hradí sám)

čt 25. 6.

14:30-16:30

### CYKLUS BEZPEČNĚ ONLINE

TÉMA: UŽ SE TO STALO.

CO DĚLAT, KDYŽ VÁS NĚKDO PODVEDE?

**REMINISCENCE**

Kompletní program na [www.zivot90.cz](http://www.zivot90.cz)

Rezervace: [prostor90@zivot90.cz](mailto:prostor90@zivot90.cz) | 222 333 555 | 775 863 249



V červenci se můžete těšit na  
výlet na Křivoklát a Hamousův  
statek ve Zbečně.

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



MINISTERSTVO  
KULTURY

Nadace O<sub>2</sub>

Nadace  
EP Group