PROSINEC 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 třech rovnocenných pilířích:

- PODPORA 90 (sociální služby)
- PROSTOR 90 (komunitní centrum)
- HLAS 90 (advokace a osvěta)

čt 3., 10., 17. 12.
11:00-12:00

KLUB PŘÁTEL PÉTANQUE



SRAZ V ŽIVOTĚ 90

čt 3. 12.
19:00-20:00
NOVINKA!

AUDITOR

Nenechte si ujít komedii, inspirovanou Gogolovým Revizorem!

250/100/400 Kč (sponzorské vstupné)

MULTIFUNKČNÍ SÁL

---

pá 4. 12.
9:00–10:00

UKÁZKA VIRTUÁLNÍ REALITY

Vyzkoušejte si moderní technologie na vlastní kůži!

DŘEVÁK

---

pá 4., 11. a 18. 12.
10:30-12:30

PĚVECKÝ SBOR KVĚTY ŽÁKOVÉ SENIORKY ŽIVOTA 90

DŘEVÁK

---

pá 4. 12.
13:00-15:00

TECHNICKÁ PODPORA

Na přesný čas se prosím objednejte.

JEDNIČKA

---

pá 4. 12.
9:30-11:00
NOVINKA!
60 Kč



NAMÍCHEJ SI VÁNOCE:
VÁNOČNÍ AROMAWORKSHOP PLNÝ VŮNÍ, TVOŘENÍ A ZPOMALENÍ

Odneste si domů osobní výrobek, který kdykoliv připomene kouzlo svátečního času!

RŮŽOVKA

po 7. a 14. 12.
13:30–15:00

KLUB KONTAKT

Klub kontakt otevírá dveře seniorům, kteří hledají nová přátelství.

RŮŽOVKA

---

po 7. 12.
14:30–15:45



JAK SE NEZTRATIT V DNEŠNÍ DOBĚ:

KDYŽ JE TOHO KOLEM NÁS MOC

JEDNIČKA

út 8. 12.
14:00–15:30
20 Kč

ZDRAVOTNÍ SAMOOBSLUHA

MINERÁLNÍ LÁTKY VE VÝŽIVĚ:
JEJICH VÝZNAM A ZDROJE

DVOJKA

út 8. 12.
15:30–20:00
VSTUP ZDARMA



VÁNOČNÍ SETKÁNÍ U STROMEČKU

Koledy v podání Jana Jareše, Romana Fojtíčka i našeho sboru. Pojďme se společně potkat a nalaďme se na nejkrásnější čas v roce!
Přihlášení nutné.

MULTIFUNKČNÍ SÁL

---

st 9. 12.
19:00–21:00
260/200/150 Kč

ŠANSON – VĚC VEŘEJNÁ: NAĎA KONVALINKOVÁ

MULTIFUNKČNÍ SÁL

čt 10. 12.
15:00–17:00
50 Kč

LIDOVÉ PÍSNIČKY

Vstupné se platí na místě.



KLUBOVNA

čt 10. 12.
17:00–19:00
KAPACITA OMEZENÁ



SEZNAMKA NARUBY:

SETKÁNÍ, KDE VZNIKAJÍ PŘÁTELSTVÍ NAPŘÍČ GENERACEMI

Přátelské setkání lidí různých generací, které má jediný cíl: získat nové přátele.

TENTOKRÁT V T-MOBILE MAGENTA EXPERIENCE CENTER!

ARKÁDY PANKRÁC
Na Pankráci 86

---

pá 11. 12.
13:00–15:00

TECHNICKÁ PODPORA

Na přesný čas se prosím objednejte.

JEDNIČKA

po 14. 12.
10:00–11:30
80 Kč



VYCHÁZKA: ČAROSTŘELEC V PRAZE



Sraz před kostelem sv. Kunhuty a Jindřicha na Novém Městě
Vstupné se platí na místě.

---

po 14. 12.
15:00–17:00



HUDEBNÍ ODPOLEDNE S KYTAROU

Přijďte si společně zazpívat známé i oblíbené písničky za doprovodu kytary.

KLUBOVNA

---

po 14. 12.
19:00
BENEFICE
290-890 Kč



JEN PRAVDU, DRAHÝ

Příběh nečekaných zvratů a jiskřivého humoru s Danou Morávkovou a Janem Čenským. Přijďte se pobavit a zároveň podpořit dobrou věc!

DIVADLO LUCIE BÍLÉ
Karlova 186/8

út 15. 12.
14:10–15:40

HRAJEME DESKOVKY

RŮŽOVKA

út 15. 12.
15:30-16:30



PROMÍTÁNÍ O CESTĚ DO JAPONSKA

Vydejte se s námi do země vycházejícího slunce!

DVOJKA

út 15. 12.
16:00-18:00
260/200/150 Kč

LEGENDY ČESKÉ OPERY: RENÉ TUČEK

Připomeňme si legendární hlas s příkladnou pěveckou technikou i herecké výkony barytonisty Národního divadla.

MULTIFUNKČNÍ SÁL

---

st 16. 12.
14:30-15:45



MAPY MÉHO ŽIVOTA

PO STOPÁCH VŮNÍ A CHUTÍ

Přijďte společně objevovat, kam nás mohou vůně a chutě zavést a jaké příběhy se s nimi mohou pojit.

JEDNIČKA

čt 17. 12.
14:15-15:45



KLUB “M”

POČASÍ A PRANOSTIKY

Co nám o počasí napovídá příroda a jak ho předpovídali naši předkové?

RŮŽOVKA

pá 18. 12.
10:00–11:30
80 Kč

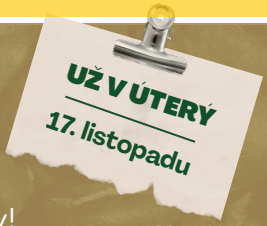
VYCHÁZKA: PO PRAŽSKÝCH ZÁKOUTÍCH

Sraz: před Kapucínským klášterem (poblíž sochy svatého Františka z Assisi) na náměstí Republiky v Praze

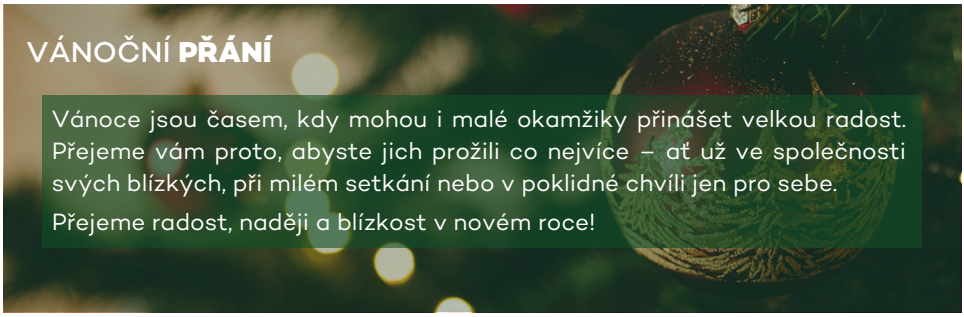
Vstupné se platí na místě.

V ŽIVOTě 90 to bude opět vonět kávou!

Od 17. listopadu zahajujeme plný provoz nové kavárny ŽIVOT v přízemí naší budovy.
Těšíme se na společná setkávání u dobré kávy!



mamacoffee



VÁNOČNÍ **PŘÁNÍ**

Vánoce jsou časem, kdy mohou i malé okamžiky přinášet velkou radost. Přejeme vám proto, abyste jich prožili co nejvíce – ať už ve společnosti svých blízkých, při milém setkání nebo v poklidné chvíli jen pro sebe.

Přejeme radost, naději a blízkost v novém roce!

Kompletní program komunitního centra PROSTOR 90 naleznete také na www.zivot90.cz

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

Program v komunitním centru PROSTOR 90 se koná za finanční podpory:

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

Ministerstvo kultury

Nadace O2

Nadace EP Group