

ŽIVOT⁹⁰

S NÁMI SAMI SEBOU

Centrum aktivního stáří

Online přednášky a akce
v květnu 2021

Na jednotlivé programy se můžete hlásit na e-mail aktivizace@zivot90.cz nebo telefonicky na číslech 222 333 574/536. Veškeré níže uvedené programy jsou zdarma a probíhají prostřednictvím aplikace ZOOM.

ONLINE KAFÍČKO

Út 4., 11., 18. a 25. května 15:15 – 16:15

Pojďte se potkat jen tak. Neformálně se pobavit s hrnečkem dobré kávy, čaje nebo se skleničkou toho, co máte rádi. Setkání může mít jedno nebo několik témat – zajímavý film/kniha, aktuální situace a jak ji zvládám, moje oblíbené místo, recept... Nebo to může být zcela volné.

Hlásit se můžete na e-mail aktivizace@zivot90.cz.

UGANDA – PERLA SUBSAHARSKÉ AFRIKY

Út 4. května 10:00 – 11:30

Cestování terénním autem po jedné z nejkrásnějších zemí černého kontinentu. Scénérie mlžných pralesů Bwindi a dechberoucí chvíle s horskými gorilami. Průjezd Národním parkem Queen Elizabeth plným antilop, a plavba po kanále Kazinga s množstvím hrochů, buvolů, slonů a krokodýlů. Ale také povídání o životě obyčejných lidí, dopravě a kouzelné atmosféře. Přednáší pan David Švejnoha, autor webu www.planetalidi.cz.

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

CYKLUS POVÍDÁNÍ O JÍDLE

Čt 6. května 11:00 – 12:30

Pokračování cyklu přednášek PhDr. Evy Ferrarové o antropologii jídla s tématem: Stolování, stolničení a gastronomie.

Pravidla chování u stolu nejsou neměnná, ale mění se v čase i v prostoru a má je každý národ či kmen na světě. Přednáška se zaměřuje na historii etikety a také vývoj restaurátérství, k němuž neoddělitelně patří i kuchařské umění, které je vyjádřením určité představy dané kultury.

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

ČESKÁ REPUBLIKA V EU: jaká jsou fakta a co vlastně chceme?

Čt 6. května 14:00 – 15:30

Cílem přednášky je zhodnotit a diskutovat o přínosech českého členství v EU. V centru pozornosti budou následující otázky: Jaké dopady přinesl vstup do EU? Jak se Česko profiluje v hlavních tématech, které hýbou EU? Jaké jsou české představy o její reformě? Co Česko v rámci EU vlastně prosazuje?

Přednáší PhDr. Zdeněk Sychra, Ph.D. z Katedry politologie a mezinárodních vztahů FF ZČU

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

POUŤ DO SANTIAGA

Út 11. května 9:30 – 11:00

Společně se vydáme na slavnou pouť, zamyslíme se nad její historií, seznámíme se se současností a promluvíme si o prožitcích účastníků. Povíme si něco o tom, co je poutnictví, proč putovat, jaká je historie poutí a kudy všude vedou poutní cesty do Santiaga.

Budeme putovat po horských stezkách i prašných cestách mezi poli, snášet déšť i vedro, nocovat v ubytovnách pro poutníky, okusíme místní stravu a na konci budeme ohromeni majestátností Santiaga Compostela. Přednáší pan Martin Javorský.

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

ŠPITÁLY A NEMOCNICE

Čt 13. května 14:00 - 15:30

Další přednáška z cyklu Povídání o Praze. Špitál byl místem, kde bylo v duchu křesťanského milosrdenství pečováno o chudé, nemocné, staré, sirotky a další potřebné. Jak je to v současnosti? Přednáší paní Alena Štěpánová.

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

CO VÍME O OSAMĚLOSTI VE STÁŘÍ

Út 18. května 10:00 - 11:30

Diskuse s účastníky na téma: „Co byste vzkázali mladé generaci, aby na stáří nepocitovala samotu?“ Víme, že základy osamělosti se často nabírají ze zkušeností a zážitků, nežádka už v raném dětství. Také změny, které se ve vyšším věku člověku stávají, k výslednému pocitu osamělosti výrazně přispívají. Pokud bychom měli kouzelný prsten, jaké „léky proti samotě“ bychom naordinovali sobě a ostatním, bez ohledu na věk? Setkáním provedou Jan Lorman a Lucie Vidovičová.

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

CYKLUS POVÍDÁNÍ O JÍDLE

Čt 20. května 11:00 - 12:30

Pokračování cyklu přednášek PhDr. Evy Ferrarové. Tentokrát na téma: Co budeme jíst, až všechno sníme.

V důsledku nešetrného a pouze na zisk orientovaného zemědělství jíme spoustu látek, které bychom jíst neměli. Budoucnost je v udržitelnosti a respektu k přírodě, kterou jsme od pravěku kulturně přetvářeli s takovým zápalem, až jsme ji téměř zničili. Na této přednášce probereme možná řešení stávající krize ve stravování.

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

VÍM, NA CO MÁM PRÁVO – DĚDICTVÍ V PRAXI

Pá 21. května 10:00 - 11:30

Dozvíte se, kdo dědí a v jakých případech je možné někoho vydědit, jak napsat závěť, jak se nakládá s dluhy v dědictví, jak se započítávají

dary poskytnuté za života a mnoho dalšího. Přednáší: Jan Ilek – LOVI, z. s. a Street Law PF UK

Vstup do virtuální místnosti [ZDE](#).

DALŠÍ ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

DUHOVÁ SETKÁVÁNÍ

Čt 13. a 27. května

Setkávání LGBTI+ starších a všech, kteří jsou LGBTI+ přátelští, se za současné situace konají online každý druhý čtvrtek od 18:00. Každé druhé setkání se k nám připojí také některá z queer osobností.

Chcete se k nám přidat? Stačí napsat na e-mail: duha@zivot90.cz a my vám pošleme odkaz. Těšíme se!

JAK SE ZABAVIT I Z DOMOVA

Máme pro Vás pár [tipů](#), jak doma trávit čas.

Stále je potřeba udržet si kondici. Cvičte s námi podle našich videí, která naleznete [ZDE](#).

VRÁCENÍ VSTUPENEK DO DIVADLA U VALŠŮ

Vážené divačky, vážení diváci,

pokud u sebe máte zakoupené vstupenky na představení Divadla U Valšů, která byla z důvodu vládních nařízení zrušena, můžete je přijít vrátit do pokladny divadla v budově ŽIVOTa 90. **Zrušena byla všechna představení v období 12. 3. – 31. 5. 2020 a 14. 10. – 30. 11. 2020.**

Pokladna divadla bude otevřena každé úterý a čtvrtek od 9:00 do 15:00 hodin (s polední pauzou 12:30 – 13:00) v termínu od **29. 4. do 31. 5. 2021. Po tomto datu již nebude vrácení vstupenek za rok 2020 možné.**

Výměna vstupenek na jiná představení v tuto chvíli možná není. **Pokud jste kupovali vstupenky přes internet, platba vám již byla vrácena automaticky.** Děkujeme vám za pochopení a vstřícnost a těšíme se na setkání v příští divadelní sezóně!



MINISTERSTVO
KULTURY



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY