



Mezigenerační komunitní centrum pro obyvatele Prahy 4



PROGRAM AKTIVIT: ČERVEN 2019

3.6.	R	Tai chi pro seniory / <i>Markéta Ovsíková</i> / 60 min	12:00 / 13:15 h
4.6.	R	Cvičení pánevním dnem / <i>Marta Brychtová</i> / 60 min	9:00 / 10:15 / 11:30 h
5.6.	R	Cvičíme pro radost společně / <i>Eva Motzová</i> / více info na 2. str / 60 min	10:00 h
5.6.		Haptické masáže / <i>Jana Stehnová</i> / 90 min	14:00 h
6.6.		Pétanque v parku na Jezerce / sraz u zastávky „Jezerka“ / 120 min	10:00 h
6.6.		Tvořivá dílna: Náušnice z organzy / 90 min	14:00 h
7.6.		Procházky Prahou: Dalejské a prokopské údolí + opékání / více na 2. str	10:00 – 15:00 h
10.6.		Trénink paměti / <i>Ondřej Klus</i> / 90 min	10:00 h
10.6.	R	Tai chi pro seniory / <i>Markéta Ovsíková</i> / 60 min	12:00 / 13:15 h
11.6.	R	Jemná jóga pro seniory / <i>Sylvie Nikoličová</i> / 60 min	8:50 / 10:00 / 11:15 h
12.6.	R	Výlet: Vyhlídková plavba Máchovým jezerem / více info na 2. str	9:00 – 18:00 h
13.6.	R	S hůlkami do Krčáku (rezervace hůlek předem) / více info na 2. str / 90 min	10:00 h
14.6.	R	Cestovatel povídá: Maroko – cesta autem / <i>Petr Šulc</i> / 90 min	10:00 h
15.6.	R	Výlet: Botanicus v Ostré u Nymburka / více info na 2. str	9:30 – 16:00 h
17.6.	R	Tai chi pro seniory / <i>Markéta Ovsíková</i> / 60 min	12:00 / 13:15 h
18.6.	R	Modelování z hlíny / <i>Kateřina Tschernosterová</i> / 90 min	13:00 h
19.6.		Haptické masáže / <i>Jana Stehnová</i> / 90 min	14:00 h
19.6.	R	Přednáška: Život Afroameričanů v USA po zrušení otroctví / <i>Tomáš Pšenčný</i>	16:00 h
20.6.	R	Cestovatel povídá: Benátky I. / <i>Tat'jana Strachotová</i> / 90 min	13:00 h
21.6.	R	S hůlkami do Krčáku (rezervace hůlek předem) / více info na 2. str / 90 min	10:00 h
24.6.		Trénink paměti / <i>Ondřej Klus</i> / 90 min	10:00 h
24.6.	R	Tai chi pro seniory / <i>Markéta Ovsíková</i> / 60 min	12:00 / 13:15 h
25.6.	R	Jemná jóga pro seniory / <i>Sylvie Nikoličová</i> / 60 min	8:50 / 10:00 h
25.6.		Biograf v KC: Pohádka o svatojánské noci / 80 min	15:00 h
26.6.		Pétanque v parku na Jezerce / sraz u zastávky „Jezerka“ / 120 min	10:00 h
26.6.	R	Setkání s osobností: <i>Lenka Karchutová – astrolog</i> / více info na 2. str	14:00 h
27.6.	R	Debata: Veřejný prostor na Praze 4 a jak ho číst / <i>Rozálie Kašparová</i> / více na 2. str	10:00 h
27.6.	R	Cestovatel povídá: Benátky II. / <i>Tat'jana Strachotová</i> / 90 min	13:00 h
28.6.	R	Oslava narozenin pro červnové oslavence v KC / 120 min	10:00 h

Aktivita probíhají v Komunitním centru A DOMA z. s., Na Strži 1683/40, Praha 4,
pokud není uvedeno jinak.

Všechny zmíněné akce v KC jsou ZDARMA. Zvonek 312 3. patro