

S HŮLKAMI DO KRČÁKU A MODŘANSKÉ ROKLE

2.7. + 11. 7. + 23.7. / 10:00 h

Možnost vyrazit s Nordic Walking hůlkami do Kunratického lesa – Krčáku (4,8 km), sraz je ve vestibulu metra „Roztyly“ v 10:00 hodin. V jiný termín se pro změnu vydáme s hůlkami na procházku do Modřanské rokle (5,2 km), tady je sraz na tramvajové zastávce „Poliklinika Modřany“ v 10:00 hodin. V případě zájmu o **půjčení Nordic Walking hůlek si je rezervujte alespoň den předem v KC.**

INDIVIDUÁLNÍ POČÍTAČOVÁ PORADNA

Středy / 3. 7. + 17.7. + 31.7. / od 14:30 h

Nevíte si rady s novým mobilem? Potřebujete někoho, kdo vám poradí, jak odeslat e-mail s přílohou nebo nainstalovat Skype a zavolat rodině do zahraničí? Náš dobrovolník Radim vám s tím rád pomůže. **Rezervujte si termín a čas své individuální schůzky v KC, připravte si otázky k řešení a budete mít k dispozici 20 minut s odborníkem. Poradna je zdarma.**

VÝSTAVY: KULTURY AUSTRÁLIE A OCEÁNIE + VLASTNÍM HLASEM

4. 7. / 10:00 h

Vyrazte s námi do **Náprstkova muzea** na výstavu o kulturách Austrálie a Oceánie. V rámci stejného vstupného si můžeme prohlídnout taky výstavu „Vlastním hlasem“, která nás provede příběhem ženské emancipace – společně vypráví dvacet pět žen různé národnosti, pocházejících z různého sociálního prostředí a žijících v různé době. **Sraz je u tramvajové zastávky „Národní třída“, vstupné do celého objektu muzea: 100,- Kč / senior 70,- Kč.**

BEZPLATNÁ PORADNA PRO GENERACI 55+

Pondělí / 15. 7. / 10:30 h

V naší bezplatné poradně pro generaci 55+ se zaměřujeme na **ochranu vašich spotřebitelských a zákaznických práv.** Dozvíte se, jak odhalit tzv. šmejdy, ať už vám volají telefonicky nebo vás osloví na ulici. Řekneme si, jak úspěšně reklamovat zboží nebo jak vracet omylem zakoupené produkty. Zodpovíme vám také vaše dotazy a poradíme, jak se nenechat v obchodech napálit. Dohodnout si můžete i individuální konzultace nebo pomoc při řešení konkrétního problému. Setkáním vás provede naše kolegyně **Lucie Hyblerová, kontaktovat jí můžete na tel.: 775 904 300.**

PROCHÁZKY PRAHOU: CHUCHELSKÝ HÁJ

Čtvrtek / 18. 7. / 10:20 h

Další procházka nás zavede do Chuchelského háje, projdeme se lesem kolem kostelíka sv. Jana Nepomuckého a u malé zoologické zahrady posedíme u kafe. V případě zájmu můžeme sejít k Vltavě a projít se až do Hlubočep na tramvaj (celkově 5,5 km). **Sraz je na autobusové zastávce „Lihovar“,** poté autobusem č. 172 vyrazíme v 10:29 do Velké Chuchle. V případě zájmu o **půjčení Nordic Walking hůlek si je rezervujte alespoň den předem v KC.**

VÝLET: ZÁMEK KONOPIŠTĚ

Čtvrtek / 25. 7. / 9:00 – 18:00 h

Vydejte se s námi prozkoumat **zámek Konopiště a město Benešov u Prahy.** Dle zájmu možnost absolvovat prohlídkový okruh, podívat se do zámecké zahrady, nebo se projít naučnou stezkou kolem rybníka. Na zpáteční cestě k vlaku možnost vyhradit čas pro prohlídku centra města Benešov. **Sraz je v 9:00 hodin u pokladen na vlakovém „Nádraží Vršovice“ (9:36 odjezd vlaku R709 Vltava směr Benešov u Prahy, senior 18,- Kč), jízdenky si každý zabezpečí ve vlastní režii.** Přibližný návrat do Prahy je kolem 18:00 h. **Rezervace v KC.**