

Zástupce výrobců zdravotnických prostředků a fyzioterapeut prozradí, které pomůcky hradí pojišťovna, co může předepsat praktický lékař a co podléhá schválení revizním lékařem. Informace doplní zkušenostmi z praxe a závěrem zodpoví na dotazy z publika.

**VÝSTAVA: MUZEUM BEDŘICHA SMETANY****Pátek / 2.10. / 11:00**

Rádi bychom Vás pozvali na prohlídku expozice, která představuje život a dílo Bedřicha Smetany. Muzeum sídlí v jedné z nejkrásnějších novorenesančních budov v Praze a nabízí nádherný výhled na Vltavu a Pražský hrad. Vstupné pro seniory 30 Kč, sraz v 11:00 před budovou muzea na adrese Novotného lávka 1

**KOMUNITNÍ RECEPTÁŘ: TO NEJLEPŠÍ Z LISTOVÉHO TĚSTA****ÚTERÝ / 6.10. / 14:00**

Říjnový receptář bude o sladkých i slaných dobrotách z listového těsta. Můžete přinést svůj výtvar na posouzení ostatním, vítáni jsou i ti, co rádi ochutnávají a hledají inspiraci. Všichni si nakonec odnesou domů komunitní mini kuchařku z receptů, které na místě dáme dohromady.

**ZA MĚSTO S OCHRÁNCI PŘÍRODY: PŘÍRODNÍ PAMÁTKA ROHOŽNÍK****Pátek / 9.10. / 12:20**

Pojďte s námi na vycházku k opuštěným lomům v Dubči. V případě nepříznivého počasí může odborný výklad zástupce Českého svazu ochránců přírody pokračovat i u kávy nebo čaje v místní hospůdce. Sraz je ve 12:20 na nástupišti stanice metra Budějovická, předpokládaný návrat kolem 16. hodiny.

**EXKURZE: KAPLE SVATÉHO KŘÍŽE U APOLINÁŘE****Středa / 14.10. / 10:00**

Kunsthistorik Jakub Synecký nás provede kaplí v areálu Porodnice u Apolináře. Byla postavena v roce 1875 jako součást Královské zemské porodnice, jejím autorem je stavitel a architekt Josef Hlávka. Sraz je v 9:30 ve stanici metra I. P. Pavlova v neplacené zóně za turnikety.

**DIVADELNÍ KLUB KC: DIVADLO NA FIDLOVAČCE, KOUŘ****Čtvrtek / 15.10. / 10:30**

Spolu s příznivci divadla vyrážíme na veřejnou generálku představení Kouř. Kultovní film z roku 1991 ožije na prknech Fidlovačky pod režijním vedením Šimona Cabana a my budeme u toho. Akce je určena členům divadelního klubu, kteří už mají zakoupené vstupenky. Sraz je v 10:00 před divadlem.

**S PRŮVODCEM PO PRAZE: PALÁCE NA MALÉ STRANĚ****Pátek / 16.10. / 10:00**

Zkušený průvodce Jiří Šlechta zve na vycházku po Malé Straně. Zaměří se na bývalá šlechtická sídla, prozradí zajímavosti z jejich historie i to, kdo je obývá dnes. Sraz je v 10:00 na nástupišti stanice metra Malostranská.

**SEMINÁŘ: S LÉKAŘKOU O PÁNEVNÍM DNU****Pondělí / 19.10. / 14:30**

Lektorka Marta Brychtová pohovoří o pánevním dnu, konkrétně o tom, jak je důležité tuto část těla udržovat v kondici a jak správným cvičením předejít problémům například s kyčlemi.

**KULATÝ STŮL: MŮJ ŽIVOT SE SLUCHADLEM****Pátek / 23.10. / 10:00**

Díky velkému zájmu o téma nedoslýchavosti zařazujeme kulatý stůl, kde Vám odborníci ze společnosti Reja odpoví na dotazy ohledně výběru, používání a ideální péče o sluchadlo.

**VÝSTAVA: ORCHIDEJE V BOTANICKÉ ZAHRADĚ NA SLUPI****STŘEDA / 29.10. / 10:00**

Zveme na výstavu orchidejí. Vstupné pro seniory 30 Kč, sraz v 10:00 na cestě za hlavní branou zahrady.

Zástupce výrobců zdravotnických prostředků a fyzioterapeut prozradí, které pomůcky hradí pojišťovna, co může předepsat praktický lékař a co podléhá schválení revizním lékařem. Informace doplní zkušenostmi z praxe a závěrem zodpoví na dotazy z publika.

**VÝSTAVA: MUZEUM BEDŘICHA SMETANY****Pátek / 2.10. / 11:00**

Rádi bychom Vás pozvali na prohlídku expozice, která představuje život a dílo Bedřicha Smetany. Muzeum sídlí v jedné z nejkrásnějších novorenesančních budov v Praze a nabízí nádherný výhled na Vltavu a Pražský hrad. Vstupné pro seniory 30 Kč, sraz v 11:00 před budovou muzea na adrese Novotného lávka 1

**KOMUNITNÍ RECEPTÁŘ: TO NEJLEPŠÍ Z LISTOVÉHO TĚSTA****ÚTERÝ / 6.10. / 14:00**

Říjnový receptář bude o sladkých i slaných dobrotách z listového těsta. Můžete přinést svůj výtvar na posouzení ostatním, vítáni jsou i ti, co rádi ochutnávají a hledají inspiraci. Všichni si nakonec odnesou domů komunitní mini kuchařku z receptů, které na místě dáme dohromady.

**ZA MĚSTO S OCHRÁNCI PŘÍRODY: PŘÍRODNÍ PAMÁTKA ROHOŽNÍK****Pátek / 9.10. / 12:20**

Pojďte s námi na vycházku k opuštěným lomům v Dubči. V případě nepříznivého počasí může odborný výklad zástupce Českého svazu ochránců přírody pokračovat i u kávy nebo čaje v místní hospůdce. Sraz je ve 12:20 na nástupišti stanice metra Budějovická, předpokládaný návrat kolem 16. hodiny.

**EXKURZE: KAPLE SVATÉHO KŘÍŽE U APOLINÁŘE****Středa / 14.10. / 10:00**

Kunsthistorik Jakub Synecký nás provede kaplí v areálu Porodnice u Apolináře. Byla postavena v roce 1875 jako součást Královské zemské porodnice, jejím autorem je stavitel a architekt Josef Hlávka. Sraz je v 9:30 ve stanici metra I. P. Pavlova v neplacené zóně za turnikety.

**DIVADELNÍ KLUB KC: DIVADLO NA FIDLOVAČCE, KOUŘ****Čtvrtek / 15.10. / 10:30**

Spolu s příznivci divadla vyrážíme na veřejnou generálku představení Kouř. Kultovní film z roku 1991 ožije na prknech Fidlovačky pod režijním vedením Šimona Cabana a my budeme u toho. Akce je určena členům divadelního klubu, kteří už mají zakoupené vstupenky. Sraz je v 10:00 před divadlem.

**S PRŮVODCEM PO PRAZE: PALÁCE NA MALÉ STRANĚ****Pátek / 16.10. / 10:00**

Zkušený průvodce Jiří Šlechta zve na vycházku po Malé Straně. Zaměří se na bývalá šlechtická sídla, prozradí zajímavosti z jejich historie i to, kdo je obývá dnes. Sraz je v 10:00 na nástupišti stanice metra Malostranská.

**SEMINÁŘ: S LÉKAŘKOU O PÁNEVNÍM DNU****Pondělí / 19.10. / 14:30**

Lektorka Marta Brychtová pohovoří o pánevním dnu, konkrétně o tom, jak je důležité tuto část těla udržovat v kondici a jak správným cvičením předejít problémům například s kyčlemi.

**KULATÝ STŮL: MŮJ ŽIVOT SE SLUCHADLEM****Pátek / 23.10. / 10:00**

Díky velkému zájmu o téma nedoslýchavosti zařazujeme kulatý stůl, kde Vám odborníci ze společnosti Reja odpoví na dotazy ohledně výběru, používání a ideální péče o sluchadlo.

**VÝSTAVA: ORCHIDEJE V BOTANICKÉ ZAHRADĚ NA SLUPI****STŘEDA / 29.10. / 10:00**

Zveme na výstavu orchidejí. Vstupné pro seniory 30 Kč, sraz v 10:00 na cestě za hlavní branou zahrady.