

Vyúčtování dotace #1702

Městská část Praha 3, Úřad městské části, Havlíčkovo nám. 700/9,
130 00 Praha 3
Číslo veřejnoprávní smlouvy:
2020/00140/OŠ

Název projektu: Fresh senior
Praha 3 klub

Schválená podpora celkem: 119 300,00 Kč	Vyplacená podpora: 119 300,00 Kč	Nečerpaná podpora: 0,00 Kč	Čerpaná podpora celkem: 119 300,00 Kč	Částka k vyúčtování: 119 300,00 Kč	Částka vyúčtovaná: 119 300,00 Kč	* Částka nevyúčtovaná: 0,00 Kč
--	--	----------------------------------	--	--	--	--------------------------------------

Nevyčerpané finanční prostředky, dle příslušné veřejnoprávní smlouvy o poskytnutí dotace, musíte vrátit na účet poskytovatele číslo 21223-2000781379/0800 do 31.1. následujícího roku po roce, v němž jste dotaci obdrželi. V rámci vyúčtování dotace je možné nevyúčtovat částku v maximální výši 5 000 Kč. V případě, že dotace nedosahuje částky nebo je rovna částce ve výši 5 000 Kč, může zaslat příjemce dotace poskytovateli pouze závěrečnou zprávu o výsledku realizace projektu bez nutnosti doložení účetních nebo daňových dokladů. Uvedená maximální možná nevyúčtovaná částka 5 000 Kč, kterou není potřeba v rámci vyúčtování dokládat prostřednictvím účetních nebo daňových dokladů, musí být přesto použita na účel poskytnuté dotace.

*

V případě využití možnosti nevyúčtování 5 000 Kč může být nevyúčtovaná částka až do výše 5 000 Kč bez nutnosti vrácení dotace. V takovém případě je nezbytné vrátit pouze částku nad rámec 5 000 Kč.

Příjemce dotace

Původní identifikace ze žádosti o dotaci

Název Porte z.s.

Právní Forma Spolek

IČO

DIČ 22908331

Statutární orgán, osoby zastupující právnickou osobu

Jméno a Příjmení Mgr. VLADANA RÝDLOVÁ

Právní důvod zastoupení předsedkyně

Položkový rozpis nákladů

Položka č.	Technické č. položky	Datum uhrazení	Popis položky	Účetní nebo daňový doklad	Výpis z bankovního účtu / Výdajový pokladní dokladd	Ostatní přílohy	Částka dle dokladu	Z toho čerpáno z dotace
1	1420	3. 2. 2020	přednáška	Příloha č.3939 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3940 - Doklad o uhrazení Příloha č.5962 - Doklad o uhrazení		2 500,00 Kč	2 500,00 Kč
2	1421	27. 2. 2020	účast v besedě	Příloha č.3943 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3944 - Doklad o uhrazení		1 000,00 Kč	1 000,00 Kč
3	1422	10. 2. 2020	účast v besedě	Příloha č.3947 - Účetní nebo	Příloha č.3948 - Doklad o uhrazení		2 500,00 Kč	2 500,00 Kč

				daňový doklad				
4	1424	23. 3. 2020	dílny , vedení tvůrčí	Příloha č.3951 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3952 - Doklad o uhrazení		2 200,00 Kč	2 200,00 Kč
5	1425	23. 3. 2020	smlouva, přednáška o Aktivním stárnutí	Příloha č.3953 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3954 - Doklad o uhrazení		2 000,00 Kč	2 000,00 Kč
6	1427	16. 3. 2020	, moderování besedy	Příloha č.3958 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3959 - Doklad o uhrazení		1 000,00 Kč	1 000,00 Kč
7	1431	20. 4. 2020	dohoda, produkční a organizační práce	Příloha č.3965 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3966 - Doklad o uhrazení Příloha č.5963 - Doklad o uhrazení		5 217,00 Kč	5 100,00 Kč
8	1432	13. 5. 2020	JOINMUSIC, průvodcovský set	Příloha č.3969 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3970 - Doklad o uhrazení Příloha č.5964 - Doklad o uhrazení		1 200,00 Kč	1 200,00 Kč
9	1433	15. 6. 2020	, komentovaná vycházka - Parukářka	Příloha č.3971 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3972 - Doklad o uhrazení		1 500,00 Kč	1 500,00 Kč
10	1434	15. 6. 2020	, komentovaná vycházka - kolonie Nový domov	Příloha č.3973 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3974 - Doklad o uhrazení		1 500,00 Kč	1 500,00 Kč
11	1436	8. 6. 2020	, přednáška o zdravém životním stylu	Příloha č.3977 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3978 - Doklad o uhrazení Příloha č.5965 - Doklad o uhrazení		2 000,00 Kč	2 000,00 Kč
12	1438	1. 6. 2020	, komentovaná vycházka Prahou 3	Příloha č.3981 - Účetní nebo	Příloha č.3982 - Doklad o uhrazení		1 000,00 Kč	1 000,00 Kč

				daňový doklad	Příloha č.5966 - Doklad o uhrazení			
13	1440	22. 6. 2020	Signpek, rollup Fresh Senior s novým logem Prahy 3	Příloha č.3985 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3986 - Doklad o uhrazení		2 359,50 Kč	2 359,50 Kč
14	1442	13. 7. 2020	, cestopisná přednáška	Příloha č.3989 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3990 - Doklad o uhrazení		2 500,00 Kč	2 500,00 Kč
15	1446	14. 8. 2020	administrativní práce	Příloha č.3997 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.3998 - Doklad o uhrazení		10 000,00 Kč	10 000,00 Kč
16	1450	13. 7. 2020	Za Trojku, technické zajištění	Příloha č.4005 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4006 - Doklad o uhrazení		3 000,00 Kč	3 000,00 Kč
17	1453	30. 9. 2020	Tiskárna Brouček, tisk letáků	Příloha č.4012 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4013 - Doklad o uhrazení		6 050,00 Kč	6 050,00 Kč
18	1455	22. 9. 2020	trénink paměti	Příloha č.4017 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4018 - Doklad o uhrazení		1 000,00 Kč	1 000,00 Kč
19	1456	16. 9. 2020	grafika programu	Příloha č.4019 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4020 - Doklad o uhrazení Příloha č.5967 - Doklad o uhrazení		600,00 Kč	600,00 Kč
20	1457	10. 11. 2020	administrativní práce	Příloha č.4021 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4022 - Doklad o uhrazení		7 000,00 Kč	7 000,00 Kč
21	1458	10. 11. 2020	uspořádání kvizu	Příloha č.4023 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4024 - Doklad o uhrazení		1 000,00 Kč	1 000,00 Kč

22	1463	18. 12. 2020	POHLLINE, aktualizace a správa webu a fcb	Příloha č.4032 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4033 - Doklad o uhrazení		2 420,00 Kč	2 420,00 Kč
23	1466	18. 12. 2020	, moderování rozhovoru	Příloha č.4041 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4042 - Doklad o uhrazení		3 000,00 Kč	3 000,00 Kč
24	1467	18. 12. 2020	, moderování	Příloha č.4043 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4044 - Doklad o uhrazení		1 700,00 Kč	1 700,00 Kč
25	1468	22. 2. 2020	archivace a dokumentace	Příloha č.4045 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4046 - Doklad o uhrazení Příloha č.5968 - Doklad o uhrazení		8 400,00 Kč	8 400,00 Kč
26	1469	30. 10. 2020	Mailchimp, faktura za rozesílku	Příloha č.4047 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4048 - Doklad o uhrazení		1 583,73 Kč	1 583,73 Kč
27	1470	1. 12. 2020	Mailchimp, faktura za rozesílku	Příloha č.4049 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4050 - Doklad o uhrazení		1 578,70 Kč	1 578,70 Kč
28	1472	29. 7. 2020	, fotodokumentace	Příloha č.4053 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4054 - Doklad o uhrazení		4 000,00 Kč	4 000,00 Kč
29	1473	28. 5. 2020	Taktika Muzika, , management projektu	Příloha č.4056 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4057 - Doklad o uhrazení		14 520,00 Kč	4 000,00 Kč
30	1475	29. 12. 2020	POHLLINE, dramaturgie, tvorba koncepce	Příloha č.4060 - Účetní nebo daňový doklad	Příloha č.4061 - Doklad o uhrazení Příloha č.5969 - Doklad o uhrazení		16 335,00 Kč	16 335,00 Kč
31	1476	9. 10. 2020	POHLLINE, dramaturgická příprava	Příloha č.4062 - Účetní nebo	Příloha č.4063 - Doklad o uhrazení		4 598,00 Kč	4 598,00 Kč

Odesláním vyúčtování příjemce dotace výslovně souhlasí s tím, aby byl položkový rozpis nákladu hrazených z dotace, závěrečná zpráva a veškeré skutečnosti v ní uvedené ze strany městské části Praha 3 uveřejněny. Příjemce dotace též prohlašuje, že veškeré informace uvedené v rámci položkového rozpisu vyúčtování a závěrečné zprávy nepovažuje za obchodní tajemství ve smyslu § 504 zákona č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku a uděluje svolení k jejich užití a uveřejnění bez stanovení jakýchkoliv dalších podmínek.

FRESH SENIOR KLUB PRAHA 3 2020

Závěrečná zpráva



**Fresh
Senior**

Praha / /

Projekt Fresh Senior Klub v Praze 3

Dramaturgická koncepce pro rok 2020 plánovala přinést seniorům z městské části Prahy 3 co nejširší spektrum hodnotných kulturních a vzdělávacích pořadů ve spolupráci s organizací Za trojku a s využitím prostor Kulturního centra Vozovna a koncertní síně ATRIUM na Žižkově. Projekt měl koncipovánu ucelenou nabídku edukačních, motivačních a aktivizačních programů v souladu s dotačním programem.

V rámci Zdravotní akademie byly připraveny osvětové přednášky, týkající se zejména zdravého životního stylu a psychohygieny .

Cyklus Rozvoj osobnosti byl garantován zejména sérií přednášek motivačního charakteru a výběrem přednášejících, zejména z řad vitálních a aktivních seniorů s nevšedními životními cíli a ambicemi navzdory věkové kategorii.

Připraven byl rovněž cyklus O čem se mluví, který měl za cíl prezentovat aktuální témata a problémy prostřednictvím známých osobností a pomocí besed zapojit publikum do širší diskuze.

Tvůrčí dílny, komentované vycházky a tréninky paměti vhodně doplňovaly a zpestřovaly programovou mozaiku.

Náplň tohoto projektu vychází především z myšlenky podpory aktivního stárnutí. Soustavný monitoring a průběžné reagování na aktuální trendy v rychle se rozvíjející otázce participace seniorů na společenském dění je jedinou kvalitní možností , jak se vyrovnat s nezastavitelným stárnutím populace. Naší prioritou tedy zůstává cílené budování takové společenské platformy, která upevňuje sociální vazby a je zároveň dostupná co nejširšímu počtu zájemců.

Odstartovali jsme **motivačně v pondělí 3.2. 2020** v KC Vozovna přednáškou nestárnoucího a energií sršícího spisovatele, publicisty a etnologa **Mnislava Zeleného Atapany**, který se s námi podělil o bohaté životní zkušenosti a zážitky, nasbírané při jeho opakovaných pobytech mezi jihoamerickými indiány. Zejména jeho srovnávání přístupu evropské a domorodé civilizace k životu a smrti, k výchově dětí a hodnotovým měřítkům bylo velmi inspirativní.

10.2. 2020 jsme na půdě KC Vozovna přivítali neméně zajímavé hosty – respektovaného muzikanta a zpěváka **Dana Bárta**, tentokrát v roli moderátora a přednášejícího v prvním pořadu zamýšleného cyklu „O čem se mluví“. Tématem byl **Fenomén čelního skla**. Kolegou a partnerem ve velmi poučné

a posléze široce pojaté debatě, nejen o úbytku hmyzu v důsledku změn životního prostředí, mu byl **Ing. Dalibor Titěra** z Výzkumného ústavu včelařského.

24.2.2020 V souladu s lidovými obyčejí, typickými pro únorový čas, jsme **tvůrčí dílnu** v KC Vozovna zaměřili na karneval a masopust. Pod dohledem zkušené Dany Arnautové Chaloupkové si zájemci mohli vyrobit z námi donesených a připravených materiálů karnevalovou či masopustní masku.



Poslední akcí v KC Vozovna před vyhlášením nouzového stavu byla v pondělí **8.3. 2020** motivační **přednáška Barbory Čapinské**.

Tato mladá doktorandka, úspěšně spolupracující i s ostatními respektovanými seniorskými organizacemi, se ve svých přednáškách a trénincích zaměřuje zejména na aktivizaci přítomného auditoria. Volí formu velmi osobní interakce s posluchači, které nenásilně zapojuje do aktivní komunikace během lekce.

Výsledky jsou velmi přesvědčivé a díky odezvě po skončení akce jsme získali tolik potřebnou zpětnou vazbu. Je nanejvýš zřejmé, že potřeba ventilovat a sdílet své problémy, postřehy a občas i pochybnosti je signifikantní zejména pro seniorský věk. Zde tlak na dobrou úroveň psychohygieny

narůstá úměrně se snižující se fyzickou kondicí. Zařazování tohoto typu pořadů může být vhodným doplněním prevence psychosomatických problémů naší cílové skupiny populace .

V důsledku zhoršující se epidemiologické situace následovaly tvrdé restriktce, které se týkaly veškerých akcí pro seniory. Pozastaveny byly všechny kurzy a naplánované akce byly do odvolání zrušeny. Reagovali jsme tak, jako mnozí a v rámci našich možností. Fungovali jsme jako sběrné místo roušek a materiálu, vhodného k šití, oprášili jsme šicí stroj a začali šít roušky vlastními silami. Ty pak mířily na potřebná místa včetně Úřadu městské části Praha 3. Ve spolupráci s lékárenskou sítí jsme zprostředkovali donášku léků pro seniory. Na našich webových a fcb stránkách jsme se snažili uveřejňovat aktuální informace a



Vážený přítel/na Fresh Senior,

na základě Vašich podnětů a informací ze sociálního odboru MČ Praha 6 jsme se rozhodli spojit naše síly s Vašimi šikovnými rukama a pomoci tak otenětam, kde je toho nejvíce zapotřebí.

Pokud tedy někdo z Vás šije nebo chce šít, má zbytky látek, tkanou, gumíček - jme zde pro Vás na adrese

**VILLA PELLÉ, PELLÉOVA 10, PRAHA 6
VŽDY V ÚTERÝ A VE ČTVRTEK
12 - 14 HODIN**

NEBO NA TELEFONU: [REDACTED]

PO DOHODĚ PŘEVZÍMEJED VÁS VÁMI NA ŠTĚROUŠKY NEBO MATERIÁL, ZE KTERÉHO ROUŠKY ŠIJEME! MÍJ VE FRESH SENIORA VŠE ODEVDÁMEK DISTRIBUJ POTŘEBNÝM.

SPOLUTO ZVLÁDNĚME!
VÁS FRESH SENIOR.

**NABÍDKA POMOCI
FRESH SENIOR**

VYZVEDNUTÍ VAŠICH LÉKŮ NA PŘEDPS BEZ NUTNOSTI NAVŠTÍVIT LÉKÁRNU.
Léky si objednáte telefonicky a druhý den vám bude doručen. V případě zájmu se nám ozvěte v čase 10:00-18:00 na telefonní číslo: [REDACTED]

Rádi pro vás tuto službu zprostředkujeme! Před zavedením je nutné mít vypsané na papíře kódy receptů, které nám nadikujete.

Poté se s vámi osobně spojí lékárník a domluví se na všech náležitostech výdaje a nechystá léky do zabezpečeného balíčku.

O plněném doručení a výši doplatku za léky budete v daný den ráno informováni SMS zprávou.

Paralelně s touto činností jsme ale připravovali vhodnou alternativu externích akcí pro seniory pro moment, kdy budou další aktivity v souladu s vládními nařízeními realizovatelné. Proto se se nám také podařilo, jako jedněm z mála organizací, pracujících pro seniory, uskutečnit ihned po prvním uvolnění a to již v půlce května, komentované vycházky.

18.5. 2020 nás průvodkyně, paní Marie Hátleová, provedla **parkem Parukářka** a dále ulicí Malešickou k Basilejskému náměstí, přes třídu Jana Želivského až na vyvýšeninu **Židovské pece**. Navzdory tehdy platné povinnosti nošení roušek byla kapacita míst v procházce zcela vyčerpána a téměř

dvouhodinový výlet napříč známým parkovým areálem Prahy 3 všichni zvládli s úsměvem a nadhledem.

O týden později, **25.5. 2020** jsme rovněž s Marií Hátleovou prošli lokalitu zaniklé nouzové kolonie **Krejčárek** a prohlédli si zbytky domů stavebního bytového družstva státních a veřejných zaměstnanců – bývalé **kolonie Domov**, která je dodnes ukázkou částečně zachovalé prvorepublikové výstavby ve formě zahradního města.



1.6. 2020

jsme se na komentované vycházce sešli s Jakubem Potůčkem, historikem umění, specializujícím se na problematiku české a evropské moderní a průmyslové architektury od přelomu 19. a 20. století. Vydali jsme se od Kostela Nejsvětějšího srdce páně na nám. Jiřího z Poděbrad – autor Josip Plečnik, procházkou ke krásnému husitskému kostelu od architekta Pavla Janáka a dále k blízkým vilám Emila Kolbena a Jana Kotěry.

V krásném jarním odpoledni jsme se dozvěděli nejen o jednotlivých architektonických zajímavostech navštívené lokality. Díky širokým vědomostem a nadšení přednášejícího také mnoho zajímavých informací o životech a osudech jejich majitelů.



Přednáška Soni Ramischové v KC Vozovna dne 8.6.2020

se týkala zejména otázek a odpovědí na téma : „Jak vyladit svůj organismus a nastartovat fyzickou a duševní kondici v současné době ?“ Renomovaná nutriční terapeutka probírala s přítomnými dámami různé varianty restartu organismu pomocí navýšení příjmu energeticky vhodných druhů potravin v kombinaci s přiměřenou fyzickou zátěží.

KVIZ s Markétou Zaoralovou konaný 15.6. 2020

v KC Vozovna byl tematicky zaměřen na cestování, trénink dlouhodobé paměť, soustředění. Rozpoznávali jsme hymny vybraných států, připomněli si pamětihodnosti a různé zvyky a tradice.

PONDĚLÍ 16.6. 2020 V 16 HODIN
 KC VOZOVNA
 ZA ŽIŽKOVSKOU VOZOVNOU 18/2687
 PRAHA 3

FRESH SENIOR
 Vás zve na
 trénování paměti
 & kvíz s

MARKĚTOU
 ZAORALOVOU








PONDĚLÍ 29.6. 2020 V 16 HODIN
 KC VOZOVNA
 ZA ŽIŽKOVSKOU VOZOVNOU 18/2687
 PRAHA 3

FRESH SENIOR
 Vás zve na
 cestovatelskou přednášku
 s
**MARTINEM
 KRATOCHVÍLEM**



SKALNÍ KLÁŠTERY V ETIOPII

Praha /||



PORTE

SKALNÍ KLÁŠTERY V ETIOPII - cestopisný film s Martinem Kratochvílem, promítaném v KC Vozovna, se těšil, jako obvykle, velkému zájmu. Na krásném pozadí mnohdy jen horolezecky dostupných a ve skalách vytesaných kostelů objasňuje dokument rozdílnost etiopského ortodoxního křesťanství. Film srovnává současné evropské křesťanství s dnešní etiopskou ortodoxií a přináší historické důvody výrazných odlišností. Přinesl však i mnoho krásných přírodních záběrů z míst, kam se běžný turista obvykle nepodívá a díky profesionálnímu komentáři a následné besedě jsme odcházeli opět se spoustou nových poznatků o exotických koutech Etiopie.



Náhradou za jarní výpadek vlivem nouzového stavu byla organizace letních seminářů jednotlivých specializovaných kurzů, pod vedením stávajících i alternativních lektorů. V průběhu letních prázdnin jsme rovněž finalizovali organizaci Fresh Senior Festivalu, jehož náhradní termín jsme stanovili na **21.9.2020**. Pracovali jsme s různými alternativami a pevným odhodláním akci v náhradním termínu



Přádá spolek PORTE za finanční podpory HMP a MČ Praha 6

Kontakt:
www.freshsenior.cz

Informace, rezervace míst a přihlášky na jednotlivé kurzy telefon: [redacted] (ú - pa 13-14)

Adresa konání kurzů:
Villa Pellé
Pelléova 10
Praha 6

Fresh senior


Letní semináře a kurzy v červenci a srpnu 2020




Vážení přátelé, přijďte si užít krásnou atmosféru Villy Pellé a přilehlé zahrady i v letních měsících. Připravili jsme speciální nabídku seminářů a kurzů v rámci našeho projektu Fresh Senior. Jedná se o 15 až 4 hodinové lekce pod vedením vám dobře známých lektorů, které budou vesměs pořádané ve Vile Pellé, případně v zahradě a blízkém okolí vily.

Fresh Senior si vyhrazuje právo seminář zrušit v důsledku nízké obsazenosti nebo v případě něčeho nově vzniklých epidemiologických opatření. Platbu kurzového je třeba uhradit v hotovosti nebo platební kartou v pokladně Villy Pellé nejpozději 1 týden před konáním lekce.








VÝTVARNÝ PLENĚR S AK. MAL. MILADOU GABRIELOVOU A AK. MAL. EVOU ŠTYKOROVOU - PEKÁRKOVOU VE VILLE PELLÉ A OKOLÍ
Výtvarný kurz v přírodě pro začátečníky i pokročilé

Od rychlých náčrtů hry světa a stínů pokročíme k barevným vztahům a kontrastům, které vyvolávají hloubku prostoru a atmosféru bezprostřední chvíle. Na kurz si přineste vlastní oblíbené pomůcky: tužky, uhlí, rodu, barevné křídly, pastelky... Plastickou gumu, hadičku a skleněná 43 – 44, když dáte přednost kováři nebo skvělému, nezapomeňte na vodu, šetrce a paletku.

24.8., 25.8., 26.8., 27.8. 2020
10 – 14 hodin, 400 Kč za lekci / den

ČCHI KUNG s Martou Dobrovskou
Čínské tradiční cvičení pro zdraví, energii a duševní rovnováhu, teorie a praktické ukázký.


3.7.2020, 11-13 hodin, 150 Kč



TŘÉNOVÁNÍ PAMĚTI s Markétou Zvořalovou

Rozblijte Vás, že pořad něco zapomenout? Nezapomínejte, do jisté míry je to běžné. Ale mozek je možné cvičit a vyvolat k častěji lepším výkonným. Během dvouhodinového letního kurzu se dozvíte, jak na to, ukážeme vám několik typů cvičení a vysvětlíme vám, proč právě tato cvičení jsou vhodná. Každé cvičení bude jiné, aby si každý mohl vybrat to, co ho nejvíce baví.


21.7.2020, 11-12.30 hodin, 150 Kč
17.8.2020, 11-12.30 hodin, 150 Kč



TAICHI s Lenkou Ryškovou

Původní čínské bojové umění, ale ve vaši oblíbené a přivěřené formě. Obouhobě cvičení tai-chi uvolňuje stres a je prevencí proti mnoha nemocem, snižuje hladinu tuků v krvi (hyperlipidemie), zpomaluje řídnutí kostí (osteoporóza), zlepšuje funkci srdečně-cévního systému, synchronizuje a zlepšuje mozkovou činnost.

27.8.2020, 10-12 hodin, 150 Kč.




Dvouhodinové semináře / Teorie i praxe v jednom





KONDIČNÍ A REHABILITAČNÍ CVIČENÍ s Dianou Bounní

kondiční a rehabilitační cviky jsou zaměřené na protahování a posilování důležitých svalových struktur, cvičení hybnosti kloubů a prevence bolesti různých částí zad, posilování svalů pánevního dna a obecné kondiční cvičení, které není zaměřené na výkon, ale na celkovou hybnost organismu.

13.7.2020, 14 -16 hodin, 150 Kč



21.9. 2020 FRESH SENIOR FESTIVAL

Osmý ročník Fresh Senior Festivalu se navzdory komplikované epidemiologické situaci podařilo uskutečnit v náhradním termínu za krásného slunného počasí, které umožňovalo realizovat všechny aktivity v prostorách přilehlé zahrady. Svému hlavnímu mottu – „Kdo si hraje, nestárne“ díky bohaté programové nabídce festival plně dostal. Odměnou pro nás pořadatele byly úsměvy na tvářích účastníků a všudypřítomná pozitivní energie, tolik potřebná pro překonání tíže složitých dnů podzimu a zimy.



Jednou z mnoha akcí v průběhu festivalu bylo i divadelní představení, zorganizované ve spolupráci s REMEDIEM PRAHA – aktovka „Proč musím všechno odříít sama?“ v podání herců divadelního spolku PROMĚNA.



Partneři festivalu:

REMEDIIUM Praha, Elpida, Právě teď, i60, Život 90, Konto Bariéry, SEN SEN, Senioři píší Wikipedii, Farm inThe Cave, Chytrá péče, Mezi námi, Městská policie Praha, DDM Praha, Česká federace Dámy, Spolek STOH při ČVUT Praha, Chytrý internet

S příchodem podzimního nouzového stavu jsme byli opět nuceni všechny naplánované programy stornovat a dlouho připravované akce odvolat. Některé z kurzů běžely měsíc, jiné sotva začaly. Část z kapacit kurzů se po domluvě s kurzisty podařilo udržet distančně či online formou. Řešili jsme průběžně různé alternativy komunikace s našimi příznivci. Vznikl nápad natočit videorozhovor s oblíbenou osobností. Projekt jsme uskutečnili a odkaz na videozáznam motivační talkshow Evy Kaiserové se Sandrou Pogodovou rozeslali osobně všem členům Klubu Fresh Senior a odprezentovali na webu asociálních sítích.



Velmi úspěšným počinem v předvánočním čase bylo koncipování a rozesílka Adventního kvizu o ceny Vydavatelství Jonathan Livingston. Akce měla velký ohlas, který nás inspiroval k dalším , podobného typu.

Jakkoliv komplikovaný se rok 2020 pro organizátory a producenty seniorských akcí stal, jsme i nadále odhodláni a připraveni i v roce 2021 aplikovat naše dlouholeté zkušenosti v oblasti aktivizace a edukace obyvatel ve věku 60+. Výzvou nám budiž obnova důvěry v aktivní přístup k životu, důraz a snaha o prolomení samoty a nastřádaných obav z budoucnosti. Naší hlavní snahou bude i nadále

zlepšovat kvalitu života našich seniorů a aktivně přispívat k znovunavázání tolik prospěšných společenských a mezilidských kontaktů.

Spolek PORTE je dobrovolná, nezávislá, nestátní organizace, sdružující členy na základě společného zájmu, členové jsou odborníci napříč humanitními, technickými i sociálními obory. PORTE pořádá kulturní, společenské a edukační akce, je garantem projektu FRESH SENIOR. Provozuje rovněž Galerii Villa Pellé s bohatým výstavním programem. Spolupracuje a podílí se na činnosti a aktivitách v historickém objektu Písecká brána.

PORTE získává prostředky na svoji činnost z darů, dotací státních a městských organizací a vlastní produkční činností.

Personální zajištění:

Mgr. Vladana Rýdlová – produkce, Karolína Pohlreichová – dramaturgie, produkce, Ondřej Batoušek – PR, propagace, Klára Čudová – administrativa

Propagaci projektu zajišťujeme vlastními silami úpravami a aktualizacemi webových a facebookových stránek, vydáváním tištěných programových letáků a také individuální emailovou rozesílkou pozvánek na akce všem v Klubu Fresh Senior pomocí služby Mailchimp. Tištěnou propagaci našich akcí zajišťujeme rovněž ve spolupráci s Radničními novinami Prahy 3, programové letáky na akce jsou

pravidelně distribuovány na příslušné odbory Úřadu městské části Praha 3, Informačního centra Prahy 3 na nám. Jiřího z Poděbrad a také do KC Vozovna a Atria na Žižkově.

PONDĚLÍ 18.5. 2020, SRAZ
V 16 HODIN před kostelem
Sv.Rocha, Olšanské náměstí,
PRAHA 3

FRESH SENIOR
Vás zve na zdravotní a
místopisnou vycházku
s MARIÍ HÁTLEOVOU

PARUKÁŘKA



NA TUTO PROCHÁZKU JE NUTNÁ REZERVACE
TELEFONICKY : 
NEBO EMAILEM : 

Praha //  ZA TROJIKU  PORTE

PONDĚLÍ 17. 2. 2020
V 16 HODIN VILLA PELLÉ
PELLÉOVA 10, PRAHA 6

FRESH SENIOR
VÁS ZVE NA PROHLÍDKU VÝSTAVY
s hudebním doprovodem v podání
trio divadla SEMAFOR

ŠLITR, ŠLITR, ŠLITR

pro účastníky projektu
FRESH SENIOR vstup zdarma



 PORTE 

PONDĚLÍ 1. 6. 2020 V 16 HODIN
PŘED VCHODEM DO KOSTELA,
NÁM. JIŘÍHO Z PODĚBRAD
PRAHA 3

fresh senior
VÁS ZVE NA PROCHÁZKU
S PŘEDNÁŠKOU
O ARCHITEKTUŘE

S JAKUBEM POTŮČKEM

**fresh
senior**

PORTE



Praha /||

PORTE z.s.

KONTAKT:

Porte z.s.

Pelléova 91/10

Praha 6

Tel.: [REDACTED] [REDACTED] www.porteos.cz

www.freshsenior.cz, www.freshseniorfestival.cz

PORTE **Praha** /||

VO
ZOV
NA



FRESH SENIOR VÁS ZVE NA VYCHÁZKU

Vážení příznivci, myslíme na Vás i v této komplikované době a snažíme se plánovat akce navzdory nepříznivé situaci. Pokud to bude možné a povolené, rádi se s Vámi sejdem ve druhé půlce května na **naučných vycházkách s paní Marií Hátleovou:**

18. 5. Vycházka na Parukářku a Židovské pece

V 16 hodin start od kostela sv. Rocha, přechod křižovatkou přes Olšanskou ulici a směrem ke schodišti a výstup na Parukářku.

25. 5. Kolonie Domov na Žižkově

Vhodným výchozím bodem na tuto vycházku je Žižkov – Ohrada. Poznávání kolonie Domov, kostela sv. Vojtěcha a zpět zahrádkářskou kolonií na Balkáně a bývalou nouzovou kolonií Krejčárek do výchozího místa.

Na procházky je **rezervace nutná**. Veškeré informace, podrobnosti o místě srazu a rezervaci získáte na e-mailu [redacted] nebo na telefonech [redacted] (po–pá 10–14) a [redacted]

Akce FRESH SENIOR pořádá Porte, z.s. ve spolupráci s MČ Praha 3. ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA.

Praha //

Fresh Senior

PORTE



NABÍDKA POMOCI FRESH SENIOR

Ve spolupráci s lékárnami Dr. Max nabízíme seniorům službu

VYZVEDNUTÍ VAŠICH LÉKŮ NA PŘEDPIS BEZ NUTNOSTI NAVŠTÍVIT LÉKÁRNU.

Lék si objednáte telefonicky a druhý den vám bude doručen.

V případě zájmu se nám ozvěte **v čase 10:00—16:00**
na telefonní číslo: [redacted]

Rádi pro vás tuto službu zprostředkujeme. Před zavoláním je nutné mít vypsané na papíře kódy receptů, které nám nadiktujete.

Poté se s vámi osobně spojí lékárník a domluví se na všech náležitostech výdeje a nachystá léky do zapečetěného balíčku.

O plánovaném doručení a výši doplatku za léky budete v daný den ráno informováni SMS zprávou.



Kulturní organizace zřizované městskou částí Praha 3:
Za Trojku (Atrium a KC Vozovna)
a Žižkovské divadlo J. Cimrmana

GALERIE POD RADNICÍ

Havíčkovo náměstí 9

16. 1. – 26. 3. 2020 ... s vědomím říka – příběhy českých vojáků v zahraničních operacích 1990–2020 (ve spolupráci s VHÚ Praha)

ATRIUM

NA ŽIŽKOVĚ

Koncertní a výstavní síň
Čajkovského 19, Praha 3
tel.: 222 721 838, fax: 222 716 866
www.atriumzizkov.cz

9. čt. 19.30 Novoroční koncert Michala Šupáka a jeho hosta
10. pá. 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.
16. čt. 18.30 Komentovaná prohlídka k výstavě Kryštofa Kaplana: Metafyzika v galerii Atrium Vstup zdarma. Výstava potrvá do 9. 2. 2020.
17. pá. 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.
21. út. 19.30 CONTEMPORARY Petr Niki, Ondřej Smeykal: Lihň
24. pá. 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.
25. so. 15.00 ATRIUM CLASSIC Pro Arte Trio: Účitel a žák – koncert k výročí L. van Beethovena
28. út. 19.30 ATRIUM CLASSIC Musica Loci: Poklady slovenské hudby (Milena Strieževic – soprán, Jana Kubicová – mezzosoprán, Tomáš Pindor – klavír a varhany)
31. pá. 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.

VOZOVNA

Za Žižkovskou vozovnou 2687/18
tel.: 222 510 796
www.zatrojku.cz/vozovna

14. út. 17.00 Studio Darmáza: Honza Pták
16. čt. 16.00–19.00 Klub deskových her – pro děti s doprovodem a dospělými
18. so. 16.00 Divadlo Toy Machine: Král Karel
21. út. 9.00 a 10.30 Loutkové divadlo v Boudě: Kašpar u čarodějnice (pouze pro MŠ a ZŠ)
- 17.00 Loutkové divadlo v Boudě: Kašpar u čarodějnice
23. čt. 9.00 a 10.30 Výtvarná dílna s Danou: Pozor jedeme

- z kopeč Praze kombinovanou techniku (pouze pro MŠ a ZŠ)
25. so. 16.00 Loutky bez hranic: Jablonoň pohádka
27. po. 16.00 Fresh Senior: Sandra Pogodová a tata – „Hod se do pogody“ (vstup zdarma, rezervace nutná)
28. út. 9.00 a 10.30 Divadlo Toy Machine: Kocour v botách (pouze pro MŠ a ZŠ)
- 17.00 Divadlo Toy Machine: Kocour v botách

ŽIŽKOVSKÉ DIVADLO

STŘEŠTÍNE 5, PRAHA 3, TEL.: 222 780 396
www.zizkovskedivadlo-jc.cz

Začátky v 19 hod., není-li uvedeno jinak. Na zadaná představení není možné objednávat vstupenky.

7. út. Nevidáni akademikové (Divadlo Aqualung)
11. so. 16.30 Česká máje vánoční (Divadlo Aqualung a ZUŠ Biskupská)
- 19.00 Pan Hus aneb Tenkrát v Kostnici (Divadlo Aqualung)
12. ne. Mexický večer s představením Frida K. (3D Company)
13. po. Válka s mláky (Divadlo Aqualung)
14. út. Vyšetřování ztráty třídní knihy
15. st. Akt
16. čt. Němý Bobeš
17. pá. Vyhnaní Gerty Schnrich
18. so. Fantastická žena (3D company)
19. ne. 16.00 a 19.00 Dlouhý, široký a krátkozraký
20. po. Figaro, lazebník sevilský (Divadlo Aqualung)
21. út. Zások
22. st. Zások
23. čt. Dobytí severního pólu
24. pá. The Stand In (Cimman English Theatre)
25. so. Smích zakázán (3D company)
26. ne. Dobytí severního pólu
27. po. Křečle – Domů z Velké války (Divadlo Na tahu)
28. út. Cimman v říši hudby
29. st. Švestka
30. čt. České nebe
31. pá. Starý holky (3D company – derniéra)



KINO AERO
Biskupcova 31, 130 00 Praha 3

Rezervace vstupenek na www.kinoaero.cz a každý všední den 10.00–17.00 na čísle 608 33 00 88. Možnost zakoupení lístků do kina Aero i v pokladně kina Světovar, Vodickova 41, Praha 1, tel. 224 947 566 a v Bio Oko, F. Křížka 15, Praha 7, tel. 233 382 606 a on-line na www.kinoaero.cz.

8. st. 20.30 25 km/h – slavnostní premiéra AČFK
9. čt. 20.30 Diáky | Karel Štěpánek: Cestování jako životní styl
11. so. 18.45 MET | Vojevok – Alban Berg

13. po. 20.30 Místa animace | Když vaje vítr (When the Wind Blows)
14. út. 20.30 Encyklopedie akčního filmu | Cesta draka (The Way of the Dragon)
15. st. 17.30 EPO Film Fest – festival outdoorového filmu
19. ne. Ladislav Žbura – 40 dní pěšky do Jeruzaléma
20. po. 20.30 Legendy | Oem a půl
22. st. 20.30 Daleko od Reykjavíku – premiéra
23. čt. – 24. pá. Taika Waititi v Aenu
29. st. 19.20 PechaKucha Night Prague Vol. 67
30. čt. 18.30 Meditace & moderní buddhismus

Projekce pro seniory

každé ÚT od 10.00 a ČT od 13.30

2. 1. Vlastníci
7. 1. Gaugin na Tahiti – ztracený ráj
9. 1. Jiří Suchý - Lehce s životem se práť
14. 1. První zrádce
16. 1. Jiří Trnka: Nalezemý přítel
21. 1. Tintoretto – rebel z Benátek
23. 1. Curiosa
28. 1. Vyjmeční
30. 1. Falešně

Baby Bio

Projekce pro rodiče s dětmi každou ST od 15. 1. od 10.00.

Aeroškola – www.aeroskola.cz
Filmové a animáční kurzy pro děti i dospělé.

PALÁC AKROPOLIS

ART FRANK

- Kubelkova 27, Praha 3,
info@palacakropolis.cz
www.palacakropolis.cz
10. pá. 19.00 Oln Nejezchleba „60“
11. so. 19.00 Front 242 + Depressive Disorder
17. pá. 19.30 Vasilův Rubáš
22. st. 20.00 Uffentzucht: Keep Calm
23. čt. 19.30 Boata Hlavenková – křest alba Sně
25. so. 19.00 Devendra Banhart supp. Větver
28. út. 11.00 + 18.00 Spitfire company: Podvratáci
- 20.00 Spitfire company: Konec člověka?? Reportáže psané z kuchyně
30. čt. 20.00 Big Wolf Band feat. Zoe Green



DIVADLO PRO TANEC
Husitská 24a, Praha 3
tel.: 724 123 882,
222 721 531
www.divadloprotanec.cz
#tanecpraha

8. st. 18.30 Contemporary dance – lekece pro veřejnost
15. st. 18.30 Contemporary dance – lekece pro veřejnost
22. st. 18.30 Contemporary dance – lekece pro veřejnost
24. pá. 10.00 Tanec a fyzika – Barbora Látlavá, Zdenka Brungot-Svitkové (premiéra)
27. po. 20.00 Duety – Temporary Collective / T. Ondrová, P. Tejnoro – a kol.
28. út. 20.00 PJI – Viktor Černický (CZ/SK)
29. st. Contemporary dance – lekece pro veřejnost
30. čt. 20.00 GLUIDE – Věra Ondrášková & Kolektiv (CZ)



Hospoda U Vystřeleného oka
U Božích bojovníků 3
tel.: 222 540 465, www.uvoka.cz

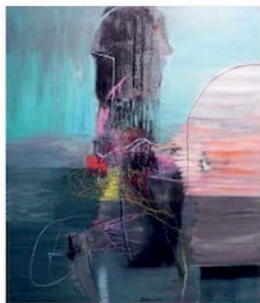
9. čt. 20.00 Lucky Nero – tradiční
16. čt. 20.00 Traffic Jam + Hvězda, rock
23. čt. 20.00 Chorošů, acoustik folk
30. čt. 20.00 Jurkovič & Motion Food, blues



Národní památník
na Vítkově
U Památníku 1900,
Praha 3

11. 9. 2019 – 23. 2. 2020 Podkapatská Rus – součást našich dějin
21. 9. 2019 – 19. 4. 2020 Armáda v povstání – Slovenské národní povstání 1944 – Výstava Národního muzea Slovenského národního povstania v Banské Bystrici
25. 10. 2019 – 28. 6. 2020 Otto Matoušek: Kresby z koncentráku (ze stejnojmenného cyklu třísovkových štětcových maket)

Městská část Praha 3 vás srdečně zve na výstavu



Zdena Höhmová DVĚ ENERGIE

obrazy kresby

Výstava potrvá od 3. prosince 2019 do 31. ledna 2020



Informační centrum Praha 3 – Galerie Toyen
Milešovská 1, Praha 3, 130 00
Otevření: Po – pá 8–18 hodin, so 8–14 hodin
VSTUP ZDARMA
www.galerietoyen.cz | GalerieToyen



OBVODNÍ MYSLIVECKÝ SPOLEK ČMMJ, z.s.
PRAHA 3 - ŽIŽKOV, VINOHRADY

VÁS SRDEČNĚ ZVE NA TRADIČNÍ

MYSLIVECKÝ PLES

24. LEDNA 2020
OD 20⁰⁰ HODIN



OTSA
HOTEL
OLŠANKA

OMS Praha 3, Radhošská 2017/9, Praha 3, tel.: 606 765 715
www.myslivicpraha.cz
Trafika, Táboritká 26, Praha 3, tel.: 734 478 438
Sportovní centrum Olšanka
Táboritká 23, 130 00 Praha 3, tel.: 267 092 448





Kulturní organizace zřizované městskou částí Praha 3: Za Trojku (Atrium a KC Vozovna) a Žižkovské divadlo J. Cimrmana

GALERIE POD RADNICÍ

Havlíčkovo náměstí 9

16. 1. – 26. 3. 2020 ... s vědomím řízika – příběhy českých vojáků v zahraničních operacích 1990–2020 (ve spolupráci s VHÚ Praha)

ATRIUM

NA ŽIŽKOVĚ

Koncertní a výstavní síň Čajkovského 19, Praha 3
tel.: 222 721 838, fax: 222 716 866
www.atriumzizkov.cz

9. čt 19.30 Novoroční koncert Michala Šupáka a jeho hosta
10. pá 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.
16. čt 18.30 Komentovaná prohlídka k výstavě Kryštofa Kaplana: Metafyzika v galerii Atrium Vstup zdarma. Výstava potrvá do 9. 2. 2020.
17. pá 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.
21. út 19.30 CONTEMPORARY Petr Nikl, Ondřej Smeykal: Líheň
24. pá 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.
25. so 15.00 ATRIUM CLASSIC Pro Arte Trio: Učitel a žák – koncert k výročí L. van Beethovena
28. út 19.30 ATRIUM CLASSIC Musica Locci: Poklady slovenské hudby (Milena Stričević – soprán, Jana Kubicová – mezzosoprán, Tomáš Pindor – klavír a varhany)
31. pá 18.00 EAT TO THE BEAT! Tropical elektro a funky DJ. Vstup zdarma.

VOZOVNA

Za Žižkovskou vozovnou 2687/18
tel.: 222 510 796
www.zatrojku.cz/vozovna

14. út 17.00 Studio Damůza: Honza Pták
16. čt 16.00–19.00 Klub deskových her – pro děti s doprovodem a dospělé
18. so 16.00 Divadlo Toy Machine: Král Karel
21. út 9.00 a 10.30 Loutkové divadlo v Boudě: Kašpar u čarodějnice (pouze pro MŠ a ZŠ)
- 17.00 Loutkové divadlo v Boudě: Kašpar u čarodějnice
23. čt 9.00 a 10.30 Výtvarná dílna s Danou: Pozor jedeme

- z kopce! Práce kombinovanou technikou (pouze pro MŠ a ZŠ)
25. so 16.00 Loutky bez hranic: Jablonoňová pohádka
27. po 16.00 Fresh Senior: Sandra Pogodová a tata – „Hod se do pogody“ (vstup zdarma, rezervace nutná)
28. út 9.00 a 10.30 Divadlo Toy Machine: Kocour v botách (pouze pro MŠ a ZŠ)
- 17.00 Divadlo Toy Machine: Kocour v botách

ŽIŽKOVSKÉ DIVADLO

JARÍ CIMRMANA

Štítného 5, Praha 3, tel.: 222 780 396
www.zizkovskedivadlo-jc.cz

Začátky v 19 hod., není-li uvedeno jinak. Na zadaná představení není možné objednávat vstupenky.

7. út Nevidaní akademikové (Divadlo Aqualung)
11. so 16.30 Česká mše vánoční (Divadlo Aqualung a ZUŠ Biskupská)
- 19.00 Pan Hus aneb Tenkrát v Kostnici (Divadlo Aqualung)
12. ne Mexický večer s představením Frida K. (3D Company)
13. po Válka s mlčky (Divadlo Aqualung)
14. út Vyšetřování ztráty třídní knihy
15. st Akt
16. čt Němý Bobeš
17. pá Vyhánění Gerty Schnirch
18. so Fantastická žena (3D company)
19. ne 16.00 a 19.00 Dlouhý, široký a krátkozraký
20. po Figaro, lazebník sevillský (Divadlo Aqualung)
21. út Záskok
22. st Záskok
23. čt Dobyť severního pólu
24. pá The Stand In (Cimrman English Theatre)
25. so Smích zakázán (3D company)
26. ne Dobyť severního pólu
27. po Klešče – Domů z Velké války (Divadlo Na tahu)
28. út Cimrman v říši hudby
29. st Švestka
30. čt České nebe
31. pá Starý holky (3D company – derniéra)



KINO AERO
Biskupcova 31, 130 00 Praha 3

Rezervace vstupenek na www.kinoaero.cz a každý všední den 10.00–17.00 na čísle 608 33 00 88. Možnost zakoupení lístků do kina Aero i v pokladně kina Světozor, Vodičkova 41, Praha 1, tel. 224 947 566 a v Bio Oko, F. Křížka 15, Praha 7, tel. 233 382 606 a on-line na www.kinoaero.cz.

8. st 20.30 25 km/h – slavnostní premiéra AČFK
9. čt 20.30 Diáky | Karel Štěpánek: Cestování jako životní styl
11. so 18.45 MET | Vojcek – Alban Berg

13. po 20.30 Mistři animace | Když vaje vítr (When the Wind Blows)
14. út 20.30 Encyklopedie akčního filmu | Cesta draka (The Way of the Dragon)
15. st 17.30 EPO Film Fest – festival outdoorového filmu
19. ne Ladislav Zibura – 40 dní pěšky do Jeruzaléma
20. po 20.30 Legendy | Osm a půl
22. st 20.30 Daleko od Reykjavíku – premiéra
23. čt – 24. pá Taika Waititi v Aeru
29. st 19.20 PechaKucha Night Prague Vol. 67
30. čt 18.30 Meditace & moderní buddhismus

Projekce pro seniory

každé ÚT od 10.00 a ČT od 13.30

2. 1. Vlastníci
7. 1. Gauguin na Tahiti – ztracený maj
9. 1. Jiří Suchý - Lehce s životem se práť
14. 1. První zrádce
16. 1. Jiří Trnka: Nalezený přítel
21. 1. Tintoretto – rebel z Benátek
23. 1. Curiosa
28. 1. Výjimeční
30. 1. Falešně

Baby Bio

Projekce pro rodiče s dětmi každou ST od 15. 1. od 10.00.

Aeroškola – www.aeroskola.cz

Filmové a animační kurzy pro děti i dospělé.



Kubelíkova 27, Praha 3,
info@palacakropolis.cz
www.palacakropolis.cz

10. pá 19:00 Olin Nejezchleba „60“
11. so 19:00 Front 242 + Depressive Disorder
17. pá 19.30 Vasilův Rubáš
22. st 20.00 Ufftenzivot: Keep Calm
23. čt 19.30 Beata Hlavenková – křest alba Sně
25. so 19.00 Devendra Banhart supp. Vetiver
28. út 11.00 + 18.00 Spitfire company: Podvratáci
- 20.00 Spifire company: Konec člověka?!? Reportáže psané z kuchyně
30. čt 20.00 Big Wolf Band feat. Zoe Green



DIVADLO PRO TANEC
Husitská 24a, Praha 3
tel.: 724 123 882,
222 721 531
www.divadloponec.cz
#tanecpraha

8. st 18.30 Contemporary dance – lekce pro veřejnost
15. st 18.30 Contemporary dance – lekce pro veřejnost
22. st 18.30 Contemporary dance – lekce pro veřejnost
24. pá 10.00 Tanec a fyzika – Barbora Látlavá, Zdenka Brungot-Svitková (premiéra)
27. po 20.00 Duety – Temporary Collective / T. Ondrová, P. Tejnorová a kol.
28. út 20.00 PLI – Viktor Černický (CZ/SK)
29. st Contemporary dance – lekce pro veřejnost
30. čt 20.00 GUIDE – Věra Ondrašíková & Kolektiv (CZ)



Hospoda U Vystřeleného oka
U Božích bojovníků 3
tel.: 222 540 465, www.uvoka.cz

9. čt 20.00 Lucky Nero – tradičně
16. čt 20.00 Traffic Jam + Hvězda, rock
23. čt 20.00 Choroši, acoustik folk
30. čt 20.00 Jurkovič & Motion Food, blues



Národní památník na Vítkově
U Památníku 1900,
Praha 3

11. 9. 2019 – 23. 2. 2020 Podkarpatská Rus – součást našich dějin
21. 9. 2019 – 19. 4. 2020 Armáda v povstání – Slovenské národní povstání 1944 – Výstava Muzea Slovenského národného povstania v Banské Bystrici
25. 10. 2019 – 28. 6. 2020 Otto Matoušek: Kresby z koncentračního (ze stejnojmenného cyklu tušových štětčových maleb)

Městská část Praha 3 vás srdečně zve na výstavu



Zdena Höhmová

DVĚ ENERGIE

obrazy kresby

Výstava potrvá od 3. prosince 2019 do 31. ledna 2020



Informační centrum Praha 3 – Galerie Toyen
Milešovská 1, Praha 3, 130 00
Otevřeno: Po–pá 8–18 hodin, so 8–14 hodin
VSTUP ZDARMA



www.galerietoyen.cz f/GalerieToyen

OBVODNÍ MYSLIVECKÝ SPOLEK ČMMJ, z.s.
PRAHA 3 - ŽIŽKOV, VINOHRADY

VÁS SRDEČNĚ ZVE NA TRADIČNÍ

MYSLIVECKÝ PLES

24. LEDNA 2020
OD 20⁰⁰ HODIN



HOTEL
OLŠANKA

OMS Praha 3, Radhošská 2017/9, Praha 3, tel.: 606 765 715
www.myslivicpraha.cz

Trafika, Táboritská 26, Praha 3, tel.: 734 478 438

Sportovní centrum Olšanka

Táboritská 23, 130 00 Praha 3, tel.: 267 092 448



- 14. so** → **KC Vozovna 16.00** Divadlo Toy Machine: Sněhová královna (*pro děti*)
Kino Aero 18.45 MET: Live in HD: Bludný Holanďan | Wagner (*film*)
Venuše ve Švehlovce 17.00 Co čumíš?! II (*divadlo*)
- 15. ne** → **Kino Aero 11.00** Ladislav Zibura: 40 dní pěšky do Jeruzaléma (*přednáška*)
Palác Akropolis 19.30 Ephemerals (*hudba*)
Ponec 20.00 Kozí kraviny | Tereza Říčanová (*tanec*)
- 16. po** → **IC Praha 3 16.00** Na kus řeči se starostou (*beseda*)
KC Vozovna 16.00 Fresh Senior: O Islandu s Janem Burianem (*pro seniory*)
Kino Aero 20.30 Legendy: Ran (*film*)
- 17. út** → **Atrium 19.30** Trio Clavio (*hudba*)
KC Vozovna 17.00 Studio Damúza: Hodina modrých slonů (*pro děti*)
Kino Aero 10.00 Modelář (*projekce pro seniory*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 120 dnů Sodomy | Depresivní děti touží po penězích (*divadlo*)
Ponec 20.00 Korekce (*tanec*)
- 18. st** → **IC Praha 3: 17.00** Vlastivědná procházka — komentovaná prohlídka: Dům Radost (bývalý D.O.S.) | sraz v 17 hod. před hlavním vstupem do budovy, nám. Winstona Churchilla 1800/2
KC Vozovna 18.00 Chemici v Zálivu (přednáší PhDr. Petr Janoušek, Ph.D.)
Kino Aero 17.30 Expediční kamera (*film*)
Palác Akropolis 19.30 Erik Truffaz (*hudba*)
- 19. čt** → **IC Praha 3 10.00** Ombudsman pro seniory, 17.00 Cestovatelská přednáška s Tomášem Kubešem: Tam na východě
Kino Aero 13.30 Daleko od Reykjavíku (Projekce pro seniory)
Ponec 20.00 Lighter than woman | Kristina Norman (*tanec*)
Hospoda U Vystřeleného oka 20.00 Sketa syn & Johannes Benz (*hudba*)
- 20. pá** → **Kino Aero 20.00** Double feature: Tiché místo a Tiché místo 2 (*film*)
Žižkovské divadlo Jára Cimrmana 19.00 Muži ve zbrani aneb Celá plocha jest jevištěm (Divadlo Aqualung)
Ponec 20.00 Pure Gold is Seeping Out of Me (*tanec*)
- 21. so** → **Atrium 15.00** Quasi Trio, 18.00 Eat To The Beat (*hudba*)
KC Vozovna 16.00 LokVar: Matěj a čerti (*pro děti*)
Palác Akropolis 18.30 Cult Of Fire (*hudba*)
Ponec 15.30 Sobotní Bazaar, 20.00 Noc buřiček v Ponci (*tanec*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Promiňte, že rodím | MAnaMA (*divadlo*)
- 23. po** → **IC Praha 3 18.00** Žižkovské rozhovory s Martinem Severou: Světlana Nálepková (*beseda*)
Kino Aero 20.30 Encyklopedie akčního filmu: Demolition Man | 1993 (*film*)
Ponec 20.00 Duety (*tanec*)
- 24. út** → **IC Praha 3 10.00** Žižkovské kočárkování: slavné osobnosti a jejich bydliště na Praze 3, dolní Žižkov, sraz v 10.00, Krásova 2 (*vycházka*)
KC Vozovna 17.00 Dřevěné divadlo: O princí z knížky (*pro děti*)
Kino Aero 10.00 Judy (*projekce pro seniory*)

Kam za uměním?

Galerie Toyen

Milešovská 1
galerietoyen.cz
→ 3.—30. 3. Výstava Barbory Mališové

Galerie Atrium

Čajkovského 12/12a
atriumzizkov.cz, zatrojku.cz
→ do 15. 3. **Kryštof Brůha: Resonare de Inter Solaris**
→ 20. 3 — 19. 4. **Michal Škoda — NE/MÍSTÁ**

Hunt Kastner

Bořivojova 85
huntkastner.com
→ do 21. 3. **Si On: Female Creature**

AzeReT Art Galerie

Ondříčkova 20
galerieazeret.cz
→ 4. 3. — 30. 4. **Blanka Bohdanová: Mé ostrovy**
(út 16.00—18.00, ne 15.00—17.00 — mimo velikonoční neděli)

Galerie 35m2

Víta Nejedlého 23
35m2.cz
→ **Marie Tomanová — It Was Once My Universe**
7. 3. — 5. 4., vernisáž 6. 3., 19.00

Nau Gallery

Kubelíkova 22
naugallery.cz
→ 10. 3. — 29. 5. **Ondřej Roubík: Červený keř**

Galerie gambit

Husitská 86
galeriegambit.cz
→ 4. 3. — 23. 4. **David Segeta: Blue Team**

Palác Akropolis 18.30 Tři sestry a host (*hudba*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Zámek na Loiře

25. st → **Kino Aero 19.20** PechaKucha Night Prague Vol. 68 (*umělecká beseda*)

26. čt → **IC Praha 3 10.00** Ombudsman pro seniory
Kino Aero 13.30 Gentlemani (*projekce pro seniory*)
Ponec 20.00 Jáma Ilová (*tanec*)

28. so → **Atrium 18.00** Eat To The Beat (*hudba*)
KC Vozovna 16.00 Tomáš Podrazil a Werichova Vila: Fimfárum (*pro děti*)

29. ne → **Kino Aero 20.30** Branky, body, kokoti Live! (*diskuze*)

30. po → **KC Vozovna 16.00** Fresh Senior: Životní síla a její oslabení na jaře (*pro seniory*)
Kino Aero 20:30 Mistři animace: Falešná hra s králikem Rogerem (*pro děti*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Láska, vzdor a smrt (*divadlo*)

31. út → **KC Vozovna 17.00** Divadlo Toy Machine: Skřítkci (*pro děti*)
Kino Aero 10.00 V síti 15+ (*projekce pro seniory*)

Výběr kulturních akcí

- 2. po** → **KC Vozovna 16.00** Fresh Senior: Beseda s Hanou Talpovou (*pro seniory*)
Ponec 10.00 a 20.00 Progres (*tanec*)
Žižkovské divadlo Járy Cimrmana 19.00 Dobrý proti severáku | Daniel Glattauer, Ulrike Zemme: 3D company (*divadlo*)
- 3. út** → **IC Praha 3 10.00** Vlastivědná procházka — komentovaná prohlídka: Ateliéry a dílny Národního divadla | sraz v 10 hod., Vinohradská 117
Atrium 19.30 Trio Českého rozhlasu (*hudba*)
KC Vozovna 17.00 Teátr Pavla Šmída: Zapomenutá pohádka (*pro děti*)
Kino Aero 10.00 Králíček Jojo (*projekce pro seniory*)
Palác Akropolis 20.00 Ufftenživot: What's happening (*divadlo*)
Žižkovské divadlo Járy Cimrmana 19.00 Večery u Werichů s Orchestrem Ježkovy stopy (*hudba*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Sezuan | L. Bestien (*divadlo*)
- 4. st** → **KC Vozovna 17.00** Křeslo pro hosta: Robert Vano (*beseda*)
Ponec 18.30 Contemporary dance (*tanec*)
Hospoda U Vystřeleného oka 18.30 Žižkov v roce 1989 (*beseda*), **20.00** Dominik Kotyza (*koncert*)
- 5. čt** → **IC Praha 3 10.00** Ombudsman pro seniory (*poradna*)
KC Vozovna 16.00 Klub deskových her (*pro děti*)
Kino Aero 13.30 Karel Svoboda: Šťastná léta (*film*)
Venuše ve Švehlovce 19.00 Hygiena krve | Divadlo Líšeň (*divadlo*)
Palác Akropolis 19.30 Debashis Bhattacharya (*hudba*)
Hospoda U Vystřeleného oka 20.00 The Radicals (*hudba*)
- 6. pá** → **Ponec 16.00** Čáty, máry, fuk, světlo, pohyb, zvuk | dílna (*tanec pro teenagery*)
Atrium 18.00 Eat To The Beat! (*hudba*)
Palác Akropolis 19.00 Rose Tattoo (*hudba*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Pinkbus (*divadlo*)
- 7. so** → **KC Vozovna 16.00** Loutky bez hranic: Kouzelník Eňo Ňůňo (*pro děti*)
- 9. po** → **KC Vozovna 16.00** Fresh Senior: Aktivní stárnutí očima odborníka (*pro seniory*)
Kino Aero 20.30 Popkulturní milníky s Moviezone.cz: Statečné srdce (*film*)
Palác Akropolis 19.30 Olin Nejezchleba & skupina Malý bobr (*hudba*)
- 10. út** → **Atrium 19.30** Klavírní duo Martin a Kristina Kasíková (*hudba*)
KC Vozovna 17.00 Divadlo pro malé: Pohádka o Robinsonovi (*pro děti*)
Kino Aero 10.00 Malé ženy (*projekce pro seniory*), **20:30** Diáky | Antarktida
Ponec 20.00 Leť (*tanec*)
- 11. st** → **KC Vozovna 18.00** Svatý Patrik ve Vozovně: Kapela Rí Ra (*hudba*)
Kino Aero 20.30 Stand-Up Comedy: Underground Comedy Jukebox (*talk show*)
Ponec 20.00 Leť (*tanec*)
- 12. čt** → **IC Praha 3 10.00** Ombudsman pro seniory (*poradna*)
Kino Aero 13.30 25 km/h (*projekce pro seniory*)
Palác Akropolis 19:30 Tomáš Matonoha & Inspektor Kluzó + Epoque Quartet (*divadlo*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Marie Stuartovna. Anatomie (*divadlo*)
Hospoda U Vystřeleného oka 20.00 Phil Shoenfelt & Southern Cross (*hudba*)
- 13. pá** → **Atrium 18.00** Eat To The Beat (*hudba*)
Venuše ve Švehlovce 20.00 Večer tříkrálový | BodyVoiceBand (*divadlo*)
Ponec 18.00 Same Same (*tanec*)

Tipy na akce

Festival otrlého diváka

→ 3.—8. 3. **Kino Aero** (kinoaero.cz)

Svět z papíru

→ 29.—30. 3. **Divadlo Ponec** (divadloponec.cz)

Žižkovská noc

→ 26.—28. 3. (zizkovskanoc.net) Tři dny kultura všeho druhu. Příležitost navštívit desítky scén (hudba, divadlo, autorské čtení), na nichž probíhá program bez žánrového omezení. Mňága a Žďorp, Gleb, Giant Swan, Katarína Málíková, Hentai Corporation, Senyawa, Houpací koně, Zrní, Onanizer, Průmyslová smrt, Fredag den 13:e, Jáchym Topol, Koťátko zkázy, Bára Zmenková, Veganská apokalypsa a další. Koná se na různých místech Prahy 3.

... s vědomím rizika

→ do 28. 3. **Galerie pod radnicí** (Havlíčkovo nám. 9) výstava o vojácích nasazených v zahraničních operacích za uplynulých 30 let

Vlajka pro Tibet

→ 10. 3. od 14.00 **Žižkovská radnice** (Havlíčkovo náměstí 9)

FRESH SENIOR VÁS ZVE NA VYCHÁZKU

Vážení příznivci, myslíme na Vás i v této komplikované době a snažíme se plánovat akce navzdory nepříznivé situaci. Pokud to bude možné a povolené, rádi se s Vámi sejdem ve druhé půlce května na **naučných vycházkách s paní Marií Hátleovou**:

18. 5. Vycházka na Parukářku a Židovské pece

V 16 hodin start od kostela sv. Rocha, přechod křižovatkou přes Olšanskou ulici a směrem ke schodišti a výstup na Parukářku.

25. 5. Kolonie Domov na Žižkově

Vhodným výchozím bodem na tuto vycházku je Žižkov – Ohrada. Poznávání kolonie Domov, kostela sv. Vojtěcha a zpět zahrádkářskou kolonií na Balkáně a bývalou nouzovou kolonií Krejčárek do výchozího místa.

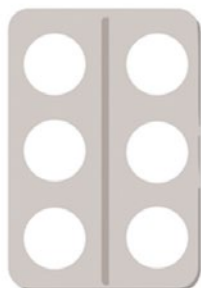
Na procházky je **rezervace nutná**. Veškeré informace, podrobnosti o místě srazu a rezervaci získáte na e-mailu [redacted] nebo na telefonech [redacted] (po–pá 10–14) a [redacted].

Akce FRESH SENIOR pořádá Porte, z.s. ve spolupráci s MČ Praha 3. ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA.

Praha / / /

Fresh Senior

PORTE



NABÍDKA POMOCI FRESH SENIOR

Ve spolupráci s lékárnami Dr. Max nabízíme seniorům službu

VYZVEDNUTÍ VAŠICH LÉKŮ NA PŘEDPIS BEZ NUTNOSTI NAVŠTÍVIT LÉKÁRNU.

Lék si objednáte telefonicky a druhý den vám bude doručen.
V případě zájmu se nám ozvěte **v čase 10:00—16:00**
na telefonní číslo: [redacted]

Rádi pro vás tuto službu zprostředkujeme. Před zavoláním je nutné mít vypsané na papíře kódy receptů, které nám nadiktujete.

Poté se s vámi osobně spojí lékárník a domluví se na všech náležitostech výdeje a nachystá léky do zapečetěného balíčku.

O plánovaném doručení a výši doplatku za léky budete v daný den ráno informováni SMS zprávou.

- 23. út** → **KC Vozovna 16.00** Historické okénko: Odívání v době husitských válek
Aero 20.30 Sám kolem světa: Stopem, s kalašnikovem a japonským pornem
IC Praha 3 17.00 Vlastivědná vycházka Milíčův dům — vzpomínka na Přemysla Pittra — k 125. výročí narození
- 24. st** → **IC Praha 3 17.00** Přednáška „Ze života Přemysla Pittra“ — PhDr. Lenka Lajsková — komponovaný večer spojený s promítáním
- 25. čt** → **Atrium 19.30** Swingový klavírní večer s Janem Pudlákem
IC Praha 3 10.00—14.00 Ombudsman pro seniory
IC Praha 3 17.00 Přednáška „Ze života Přemysla Pittra“ — PhDr. Lenka Lajsková — komponovaný večer spojený s promítáním
- 29. po** → **KC Vozovna 16.00** Fresh senior — Skalní kláštery v Etiopii, filmová projekce s Martinem Kratochvílem

Kam za uměním?

Galerie Atrium

Čajkovského 12/12a

Atriumzizkov.cz, zatrojku.cz

→ 5. 6. — 31. 7. **Výstava Veroniky Bromové Divný jaro, řečí přírody v kruhu koruny**

úterý—sobota 15.00—19.00

Umělkyně reaguje na pandemii covid-19 a hledá souvislosti mezi člověkem, přírodou a proměnami času. Vstupné zdarma.

→ 20. 6. — 30. 9. **Festival Landscape** — prohlédněte si dvě skulptury sochaře Vojtěcha Míči na zahradě.

Galerie Toyen

Milešovská 1

galerietoyen.cz

→ 29. 6. **Mezi náma** — výstava Aleny Petříčkové

Galerie 35m2

Víta Nejedlého 23

35m2.cz

→ **Marie Tomanová** — **It Was Once My Universe**

Kavárna Radost

nám. Winstona Churchilla 2

dumradost.cz

→ 1. 6. — 30. 6. **Výstava výtvarných děl Jakuba Čušky Kontrace**

→ 4. 6. 18.00 **Komentovaná prohlídka výstavy Kontrace** s autorem Jakubem Čuškou

Kontakty

Kino Aero

Biskupcova 31

kinoaero.cz

Rezervace vstupenek na kinoaero.cz a každý všední den po—pá 10—17 na čísle [redacted].

Žižkovské divadlo Jára Cimrmana

Štítného 5

T: [redacted]

zdjc.cz

Divadlo Ponec

Husitská 24A

T: [redacted]

divadloponec.cz

Palác Akropolis

Kubelíkova 27

T: [redacted]

palacakropolis.cz

Venuše ve Švehlovce

Slavíkova 22

[redacted]

venuse-ve-svehlovce.cz

Atrium na Žižkově

Čajkovského 12/12a

T: [redacted]

atriumzizkov.cz

Kulturní centrum Vozovna

Za Žižkovskou vozovnou 18

T: [redacted]

kcvozovna.cz

IC Praha 3

Milešovská 1

T: [redacted]

[redacted]

Kino Přítomnost

Siwiewcova 1

T: [redacted]

kinopritomnost.cz

Kulturní tipy

- 2. út** → **Aero 20.00** Cyrano z Bergeracu/ NT Live
- 3. st** → **Venuše ve Švehlovce 20.00** Milostný dopis ženě, kterou nemilujeme (Depresivní děti touží po penězích)
Kino Přítomnost 21.00 Joker
- 4. čt** → **Atrium 18.00** Vernisáž výstavy Veroniky Bromové Divný jaro, řečí přírody v kruhu koruny (vstup pouze s potvrzenou pozvánkou)
IC Praha 3 10—14.00 Ombudsman pro seniory
Dům Radost 10.00 Den plný Radosti — den otevřených dveří v domě Radost
- 6. so** → **Atrium 14.00** Galerie Prahy 3
Venuše ve Švehlovce 20.00 Jordan (Depresivní děti touží po penězích)
Žižkovské divadlo Jára Cimrmana 19.00 Ptáci (3D company)

Výběr redakce

Žižkovská první sobota

- 6. 6. 14.00—19.00
- První vernisáže znovuotevřených žižkovských galerií. Zapojí se například Toyen, 35m2, Atrium, City Surfer, Hunt Kastner, Lítost, Lucie Drdova Gallery nebo Nevan Contempo.

Festival Landscape

- 20. 6. — 30. 9.
- Osmý ročník festivalu opět obrací svou pozornost ke krajině pražského Žižkova. Jeho cílem bude navázat na předchozí aktivity, které se odehrály na nákladovém nádraží, na Vítkově a v dolním Žižkově. Letos se zaměří především na veřejná prostranství dopravního uzlu nad Florencí u nástupu na Vítkov, cyklostezku pod Vítkovem, Ohradu, Židovské pece, Vrch svatého kříže a mnohá další místa Prahy 3.

- 8. po** → **KC Vozovna 16.00** Fresh senior — přednáška Soni Ramischové, DiS.
Divadlo Ponec 19.00 Zápas s jazykem
- 9. út** → **Aero 20.00** Hamlet/NT Live
- 10. st** → **KC Vozovna 17.00** Křeslo pro hosta: Luděk Sobota
Venuše ve Švehlovce 20.00 Zánik domu Usherů (Depresivní děti touží po penězích)
Palác Akropolis 20.00 Spitfire Company, Antiwords
Kino Přítomnost 20.00 Hamlet
- 12. pá** → **Žižkovské divadlo Jára Cimrmana 19.00** Vyhánění Gerty Schnirch (3D company)
- 15. po** → **KC Vozovna 16.00** Fresh senior — KVIZ s Markétou Zaoralovou
Žižkovské divadlo Jára Cimrmana 19.00 39 stupňů (Divadlo A. Dvořáka Příbram)
- 16. út** → **Atrium 19.30** Johanna Haniková — Klavírní recitál
Aero 20.00 Cyrano z Bergeracu/ NT Live
Palác Akropolis 20.00 Ufftenživot, What's happening
- 17. st** → **KC Vozovna 18.00** Kapela RiRa
IC Praha 3 17.00 Cestovatelská přednáška s Tomášem Kubešem — Tam na východě
Letní scéna pod Žižkovskou věží 18.00 Koncert pro dobrovolníky
- 18. čt** → **Atrium 18.00** Doprovodný program výstavy: Veronika Bromová, autorská performance: Řeči v kruhu Koruny
IC Praha 3 10.00—14.00 Ombudsman pro seniory, 17.00 Přednáška Husité na Vítkově
- 21. ne** → **Atrium 13.00** Kytkobraní
- 22. po** → **Žižkovské divadlo Jára Cimrmana** Frida K. (3D Company)
Atrium 16.00 Fresh senior — poslechněte si originální hudbu mexického severu

KC Vozovna 16.00 Divadlo pro děti: Fimfárum
Venuše ve Švehlovce 20.00 S čakanem lamag
 nohy (*divadlo*)

- 19. po** → **KC Vozovna 16.00** Toulky českou minulostí — Jan Žižka (*Fresh Senior*)
Atrium na Žižkově 19.30 Konvergence: Prolínání
Venuše ve Švehlovce 20.00 Zámek na Loiře (*divadlo*)
- 20. út** → **Kino Aero 10.00** Projekce pro seniory — Bábovky
KC Vozovna 17.00 Divadlo pro děti: Špílmachr
Atrium na Žižkově 19.30 Zdráva buď, muziko
Venuše ve Švehlovce 20.00 Milostný dopis ženě, kterou nemilujeme (*divadlo*)
- 21. st** → **KC Vozovna 18.00** Literární večer: Mezi svými rýmy
Nekonvenční žižkovský podzim 19.00 Hrajeme vám dnes československý džez, Venuše ve Švehlovce, Divadelní sál
- 22. čt** → **Kino Aero 13.30** Projekce pro seniory — Šarlatán
IC Praha 3 16.30 Vlastivědná vycházka — komentovaná prohlídka Národního památníku na Vítkově — sraz na prostranství pod sochou Jana Žižky z Trocnova
Žižkov známý i neznámý 17.00 Jagellonská ulice a její okolí — sraz roh Lucemburské a Radhoštské ulice
IC Praha 3 17.00 Komentovaná prohlídka výstavy „Města a sídelní krajina ČR v době změny klimatu“
Kavárna Radost 18.00 vernisáž výstavy Patrika Kriššáka
Hospoda U Vystřeleného oka 19.30 Rudovous — rock'n'schrammel schrapnel chanson band, vstup 100 Kč
- 24. so** → **Atrium na Žižkově 15.00** Kytarové matiné
KC Vozovna 16.00 Divadlo pro děti: O pejskovi a kočičce
- 25. ne** → **Atrium na Žižkově 13.00—19.00** Dušičky
Nekonvenční žižkovský podzim 19.30 Pocta Antonínu Krafftovi k 200. jubileu Rudolfinum, Dvořákova síň
- 26. po** → **Fresh Senior 15.30** Exkurze k 610. výročí dokončení Staroměstského orloje
- 27. út** → **Kino Aero 10.00** Projekce pro seniory — Naděje
IC Praha 3 15.00 Vlastivědná vycházka Marka Kremera — zrod První republiky
KC Vozovna 17.00 Divadlo pro děti: Malá mořská víla
- 28. st** → **Nekonvenční žižkovský podzim 16.30** Slavnostní koncert na Vítkově k státnímu svátku ČR Národní památník na Vítkově, Slavnostní síň
- 29. čt** → **Kino Aero 13.30** Projekce pro seniory — Provinční městečko E
Hospoda U Vystřeleného oka 19.30 Jé, Jé Neduha & The rock & Jokes Extempore band, vstup 100 Kč
- 30. pá** → **Venuše ve Švehlovce 20.00** Maryša (mlčí) (*divadlo*)

Kam za uměním?

Galerie Toyen

- Milešovská 1
- galerietoyen.cz
- 2.—29. 10. výstava obrazů akademického malíře Karla Práška

Infocentrum Praha 3

- Milešovská 1
- 1.—14. 10. výstava fotografií starého Žižkova a křest knihy „Žižkovské vzpomínky“, Zuzana Strnadová
- 16.—31. 10. města a sídelní krajina ČR v době změny klimatu

Galerie Atrium

- Čajkovského 12/12a
- atriumzizkov.cz, zatrojku.cz
- do 15. 10. Dokud bude potřeba — čekání na lepší časy

Galerie Lítost

- Vlkova 23
- do 17. 10. Dokud bude potřeba — In Midst of the Worst, the Best of Times

Hunt Kastner

- Bořivojova 85
- huntkastner.com
- do 17. 10. Ján Mančuška: A Gap

Kontakty

Kino Aero

Biskupcova 31
 kinoaero.cz

Kino Přítomnost

Siwiewcova 1
 T: [redacted]
 kinopritomnost.cz

Atrium na Žižkově

Čajkovského 12

T: [redacted]

Dům Radost

nám. Winstona Churchilla 2

T: [redacted]

Venuše ve Švehlovce

Slavíkova 22

[redacted]
 venuse-ve-svehlovce.cz

Kavárna Radost

nám. Winstona Churchilla 2

T: [redacted]

Kulturní centrum Vozovna

Za Žižkovskou vozovnou 18

T: [redacted]
 kcvozovna.cz

Hospoda U Vystřeleného oka

U Božích bojovníků 606/3

uvoka.cz

IC Praha 3

Milešovská 1

T: [redacted]

Kulturní tipy

Program se může měnit v závislosti na momentálním vývoji.

každý čt → **Kino Aero 10.00** Baby Bio — projekce pro rodiče s dětmi

1. čt → **Kino Aero 13.30** Projekce pro seniory — V síti 18+ **Hospoda U Vystřeleného oka 19.30** Yellow frog (rockalternative) + Petr Hruška (písničkář) + Steakhaus (pop-punk), vstup 100 Kč

3. so → **Kino Přítomnost 17.00** Den Architektury: Přednáška Davida Vávry
Dům Radost 12.00—16.00 komentované prohlídky domu Den Architektury
Atrium na Žižkově 14.00 Vetřelci a volavky v Atriu na Žižkově a okolí (*procházka*)
KC Vozovna 16.00 Divadlo pro děti: Princ z knížky
Atrium na Žižkově 17.00 Den architektury
Venuše ve Švehlovce 20.00 Pinkbus (*divadlo*)

4. ne → **Venuše ve Švehlovce 20.00** 120 dnů Sodomy (*divadlo*)
KC Vozovna 14.00 Den architektury
KC Vozovna 14.00 Workshop pro děti: Poznej kolektivní dům!
KC Vozovna 16.00 komentovaná prohlídka Vozovny: Praha — Městská knihovna Vozovna (Hurá dovnitř!)

5. po → **KC Vozovna 16.00** Všechny barvy lásky — literárně-hudební pořad (*Fresh Senior*)

Výběr redakce

„Obrazy pozitivní energie“ Václava Budinského na Žižkovské věži

- 1.—31. 10.
- Observatoř Žižkovské věže
- Jedná se o 77 obrazů formátu A3, které vznikly v letech 2012 až 2018 jako součást vzniku Knihy pozitivní energie, která vychází 20. října 2020 v nakladatelství VR atelier. Kniha obsahuje spojení slov a obrazů pozitivní energie a prokazatelně dokáže snižovat stres, zvyšovat imunitu, zlepšovat náladu, odstraňovat nespavost, zklidňovat a při pravidelném používání i léčit. Je srozumitelná pro více než polovinu planety, neboť mimo češtiny obsahuje šest nejvíce užívaných jazyků.

Nekonvenční žižkovský podzim

- 28. 10., 16.30
- Slavnostní koncert na Vítkově k státnímu svátku ČR, Národní památník na Vítkově, Slavnostní síň
- 24. ročník mezinárodního hudebního festivalu MČ Praha 3 zve na 13 koncertů v jubilejním roce Ludwiga van Beethovena. Jedním z nich je i Slavnostní koncert na Vítkově.

Literární festival Příliš hlučná samota

- 18. 10., 19.30
- Punctum, Krásava 27

6. út → **Kino Aero 10.00** Projekce pro seniory — Tenet **Nekonvenční žižkovský podzim 19.00** Fauré: Messe Basse u Sv. Prokopa

IC Praha 3 10.00 Žižkovské kočárkování — sochařská výzdoba v okolí Jiřího z Poděbrad, sraz před hlavním vstupem do kostela Nejsvětějšího srdce Páně

KC Vozovna 17.00 Divadlo pro děti: O námořníku Čepičkovi

Venuše ve Švehlovce 20.00 Prolomit Vlny (*divadlo*)

7. st → Cestovatelská přednáška Tomáše Kubeše 17.00 — barvy Indie

KC Vozovna 17.00 Křeslo pro hosta: Karel Voříšek

Dům Radost 19.00 vernisáž výstavy Art Prague Sculpture

8. čt → **Kino Aero 13.30** Projekce pro seniory — Vizionář Modigliani

Žižkov známý i neznámý 17.00 Sport a volný čas na Balkáně — sraz zastávka autobusu Balkán (směr Spojovací)

Nekonvenční žižkovský podzim 19.00 Jistebnický kancionál inspirující (Betlémská kaple)

Atrium na Žižkově 19.30 Sestry Hanikovy: Housle a klavír v proměnách času

9. pá → **Atrium na Žižkově 19.30** Talaqpo

10. so → **Atrium na Žižkově 13.00** Kytkobraní
KC Vozovna 16.00 Divadlo pro děti: Maringotka

11. ne → **Atrium na Žižkově 10.00—18.00** PodziMarket

12. po → **KC Vozovna 16.00** Beseda s Petrem Vackem (*Fresh Senior*)

Nekonvenční žižkovský podzim 19.00 Beethovenovy violoncellové sonáty a variace Atrium na Žižkově, Koncertní síň

13. út → **IC Praha 3 10.00** Vlastivědná vycházka — Jeseniova ulice, sraz v na rohu Prokopovy a Rokycanovy ulice
Kino Aero 10.00 Projekce pro seniory — Krajina ve stínu

KC Vozovna 17.00 Divadlo pro děti: Medoušek je hrdina

Kino Přítomnost 20.00 Kinky Boots + Dj Miss Petty

14. st → **KC Vozovna 17.00** Dobrý den, paní Operetko
IC Praha 3 18.00 Žižkovské rozhovory s Martinem Severou — hostem je herečka, zpěvačka a pedagožka Světlana Nálepková

Kino Přítomnost 20.00 PJ Harvey: A Dog Called Money

15. čt → **Kino Aero 13.30** Projekce pro seniory — Helmut Newton: Nestoudná krása

Hospoda U Vystřeleného oka 19.30 Marek Dusil — akustický řez, vstup 100 Kč.

Atrium na Žižkově 19.30 Koncert: Ivo Kahánek

Venuše ve Švehlovce 20.00 Tvá ústa měla hořkou chuť (*divadlo*)

17. so → **Nekonvenční žižkovský podzim 15.00** 100 let candrbálu v Národním domě — Hotel Theatrino, Divadelní sál