

VZDĚLÁVACÍ A KULTURNÍ CENTRUM PRO SENIORY



Přístav 7

ČERVENEC
SRPEN 2018

Filmový klub 24. 7. 15h romantický muzikál Zpívání v dešti
21. 8. 15h Okno do dvora (A. Hitchcock)

PŘEDNÁŠKY A AKCE

Závěť a dědické řízení

středa 11. 7. | 9:00–10:30

Právní minimum pro seniory. Vstup: 50 Kč

Diety – mýty a fakta

úterý 17. 7. | 11:15–12:15

Zdravý jídelníček. Vstup: 30 Kč

Meditace Heartfulness

středa 18. 7. | 11:00–12:00

středa 8. 8. | 10:00–11:00

Pro vnitřní sílu a klid. Vstup: zdarma

Giotto: skutečná realita života

čtvrtek 19. 7. | 14:15–15:45

Tajemná řeč obrazů. Vstup: 30 Kč

Darovací smlouva a věcné břemeno

čtvrtek 2. 8. | 9:00–10:30

Právní minimum pro seniory. Vstup: 50 Kč

Cukr – zabiják v bílém

úterý 14. 8. | 11:15–12:15

Zdravý jídelníček. Vstup: 30 Kč

Jan van Eyck:

Snoubenci Arnolfinioví

čtvrtek 23. 8. | 14:15–15:45

Tajemná řeč obrazů. Vstup: 30 Kč

PROCHÁZKA

Magický Vyšehrad

středa 11. 7. | 14:00–16:00

Cena: 50 Kč

POČÍTAČE

Složky a soubory

úterý 24. 7. | 10:30–11:30

Cena: 99 Kč/1 hod.

Čištění počítače

úterý 24. 7. | 11:45–12:45

Cena: 99 Kč/1 hod.

Stream TV a YouTube

středa 25. 7. | 14:00–15:00

Cena: 99 Kč/1 hod.

Uspořádání a úklid plochy

čtvrtek 26. 7. | 10:00–11:00

Cena: 99 Kč/1 hod.

Připojení přenosného zaříze- ní k PC (flash, foťák, tablet, telefon, externí disk)

čtvrtek 26. 7. | 11:15–12:15

Cena: 99 Kč/1 hod.

Android akademie

30. 7.–3. 8. | 10:00–12:00

Základy používání chytrého telefonu.

Letní cena: 499 Kč/10 hod.

Mapy a cestování

úterý 31. 7. | 14:00–16:00

Cena: 199 Kč/2 hod.

Facebook bezpečně I.

středa 1. 8. | 13:00–16:00

Cena: 299 Kč/3 hod.

Dovolená

čtvrtek 2. 8. | 13:00–16:00

Plánujeme a nakupujeme z domova.

Cena: 299 Kč/3 hod.

Zoner Photo Studio

Upravujeme fotografie.

středa 15. 8. | 10:00–13:00

Letní cena: 199 Kč/3 hod.

28. 8.–30. 8. | 10:00–13:00

Letní cena: 499 Kč/3x3 hod.

PORADNY

Android poradna s O2 Guru

středa 11. 7. a 8. 8. | 14:00–15:20

Individuální poradna pro tablety
a smartphony se specialistou O2 Guru
zdarma (20 min). **Rezervace nutná.**

JAZYKY

Letní angličtina

úterky 3. 7.–28. 8. | 13:15–14:45

Začátečníci a falešní začátečníci.

Cena: od 99 Kč za lekci

Angličtina na cesty

čtvrtek 19. 7. | 9:00–12:00

Španělština na cesty

čtvrtek 2. 8. | 13:00–16:00

Angličtina na cesty

čtvrtek 16. 8. | 13:00–16:00

Cena: 99 Kč/3 hod.

TVŮRČÍ DÍLNY

Jak využít přírodniny

čtvrtek 19. 7. | 16:00–18:00

Drátenické minimum

čtvrtek 23. 8. | 16:00–18:00

Cena: 99 Kč/2 hod.

CVIČENÍ A POHYB

Zdravotní cvičení

úterky 10. 7.–21. 8. | 10:00–11:00

Cena: 350 Kč/5 lekcí

Prázdninová jóga

středy 18. 7.–29. 8. | 9:30–10:45

Cena: 350 Kč/5 lekcí

Argentinské tango

čtvrtek 19. 7. a 2. 8. | 18:00–19:00

Lekce je vhodná pro začátečníky
i mírně pokročilé. Cena: 50 Kč

Taneční podvečer – latino

středa 26. 7., 8. a 30. 8. | 16:45–18:15

Vstup: 50 Kč

Pilates

čtvrtek 16. 8. a 23. 8. | 10:00–12:00

Speciální dvouhodinový workshop pro-
pojí dvě techniky – pilates a tzv. mani-
pulační cvičení. Cena: 149 Kč/2 hod.

Přihlášení a informace na tel.: **222 264 846** nebo e-mailem: pristav7@elpida.cz

Adresa: Jankovcova 8b | Praha 7 | www.pristav7.cz | Otevírací doba červenec a srpen: Út–Čt 8:30–16:00



Jak k nám? METRO Vltavská, Palmovka, Nádraží Holešovice
TRAM 1, 6, 14, 25 – zastávka **Maniny** a **U Průhonu**
BUS 156 – zastávka **Přístav Holešovice**
(vyjíždí ze stanice Nádraží Holešovice – metro C)