

Květen 2025		Přihlašování od 8:00
Etiketa stolování	12. 5. (pondělí) od 10.00 h., Kostelní 1300/44, Praha 7	Přihlašování od 5. 5. Vzdělávací program Zemědělského muzea (45 min.). Sraz před vchodem.
Parkotoulky VI – z Poříčí přes lávku Holka na Štvanici (opakování)	14. 5. (středa) od 14.00 h., Praha 1 a 7	Přihlašování od 12. 5. Procházka s průvodkyní (MUDr. V. Trojanová) – opakování z 11. 9., sraz před kostelem sv. Petra na Poříčí (roh Biskupské a Petrské ulice).
Vinohrady II	15. 5. od 14.00 h., Praha 2	Přihlašování od 14. 5. Procházka s průvodkyní (PhDr. E. Havlovcová), sraz před budovou Českého rozhlasu na Vinohr. ul.
Útulek pro opuštěná zvířata v Troji	20. 5. od 13.30 h., V Zámčích 56, Praha 8	Přihlašování od 14. 5. Komentovaná exkurze útulkem Městské policie hl. m. Prahy. Sraz před vchodem do útulku.
Parkotoulky VII – z Hradčanského nám. do zahrady Na Valech	21. 5. (středa) od 14.00 h., Praha 1	Přihlašování od 19. 5. Procházka s průvodkyní (MUDr. V. Trojanová), sraz u Mariánského morového sloupu na Hradč. nám.
Po stopách Francouzů v Praze	22. 5. od 14.00 h., Praha 1	Přihlašování od 21. 5. Procházka s průvodkyní (PhDr. E. Havlovcová), sraz na Hradč. nám. u sochy T. G. M.
JARNÍ PLAVBA lodí Czechie	27. 5. od 14.00 h., nástupiště Na Františku 14, Praha 1	Registrace k akci probíhá pouze přes e-mail barbora.vesela@praha4.cz - do zprávy uveďte jméno, rok narození a adresu trvalého bydliště. Úspěšná registrace Vám bude potvrzena e-mailem. Bez potvrzení není možné se účastnit. Potvrzovací e-mail není potřeba mít vytištěný. Nástup na palubu začne až ve 14 hod.! Při nástupu bude kontrolován jmenný seznam a OP.
Útulek pro opuštěná zvířata v Troji	28. 5. (středa) od 13.30 h., V Zámčích 56, Praha 8	Přihlašování od 14. 5. Komentovaná exkurze útulkem Městské policie hl. m. Prahy. Sraz před vchodem do útulku.
Jak stravou prodloužit život – opakování	29. 5. od 14.00 h., Nuselská radnice	Přihlašování od 26. 5. Přednáška s nutriční terapeutkou Ing. T. Adámkovou, Dis. (5. opakování), o přípravě nutričně hodnotné stravy a shrnutí základů výživy pro seniory, součástí je drobná ochutnávka a několik receptů, které si odnesete s sebou.
K akcím se přihlašujte na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od data uvedeného v tabulce. Akce pořádá Odbor školství, oddělení rodinné politiky (Bc. Barbora Veselá a Jarmila Roznerová) a jsou určeny seniorům nad 63 let s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 4. Účast na akcích je podmíněna registrací a není nároková. Kapacita akcí je omezena, ne vždy je možné vyhovět všem zájemcům, děkujeme za pochopení. Aktuální informace sledujte na webových stránkách www.praha4.cz (seniorweb). V případě dotazů pište na barbora.vesela@praha4.cz.		