

<b>Prosinec 2024</b>		<b>Přihlašování od 8:00</b>
<b>Ženy političky</b>	<b>3. 12. od 14.00 h.,</b> Nuselská radnice	Přihlašování od <b>25. 11.</b> Přednáška s PhDr. E. Havlovcovou.
<b>Jak stravou prodloužit život – (druhé opakování)</b>	<b>4. 12. (středa) od 14.00 h.,</b> Nuselská radnice	Přihlašování od <b>25. 11.</b> Přednáška s nutriční terapeutkou Ing. T. Adámkovou, DiS. (opakování z 13. 6. a 3. 10.), o přípravě nutričně hodnotné stravy a shrnutí základů výživy pro seniory, součástí je drobná ochutnávka a několik receptů, které si odnesete s sebou.
<b>Pražská ulice během roku a především před vánočními svátky</b>	<b>5. 12. od 14.00 h.,</b> Praha 1	Přihlašování od <b>2. 12.</b> Procházka s průvodkyní (PhDr. Eva Havlovcová), sraz u pomníku m. J. Husa na Staroměstském náměstí.
<b>Předvánoční setkání seniorů</b>	<b>10. 12. od 14.00 h.,</b> KC Novodvorská	Výdej vstupenek <b>28. 11. od 8.00 do 8.30 h.,</b> přepážka č. 34, přízemí ÚMČ Praha 4, po předložení občanského průkazu (pouze osobní vyzvednutí nebo pro manžela/ku – zde nutné předložit originál nebo kopii OP dotyčného – není možné vyzvednutí pro kamarádky/známé/sourozence), zbylé vstupenky budou k vyzvednutí na recepci ÚMČ P4. Nebo pište na e-mail <a href="mailto:jarmila.roznerova@praha4.cz">jarmila.roznerova@praha4.cz</a> do zprávy uveďte jméno, rok narození a adresu trvalého bydliště (e-mailem lze objednávat ihned). Do vyčerpání zásob bude následně lístek k vyzvednutí na recepci ÚMČ po předložení OP. Vyzvedávejte pouze po potvrzení žádosti!
<b>Literární odpoledne – pocta Bohumilu Hrabalovi</b>	<b>17. 12. od 14.00 h.,</b> Nuselská radnice	Přihlašování od <b>9. 12.</b> Recitál s Jiřím Brožem.
<p><b>K akcím se přihlašujte na lince 261 192 415 nebo 261 192 571 od data uvedeného v tabulce.</b></p> <p>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. Na akcích je pořizována fotografická dokumentace.</p> <p>Aktuální informace sledujte na webových stránkách <a href="http://www.praha4.cz">www.praha4.cz</a> (senior web).</p> <p>V případě dotazů pište na <a href="mailto:barbora.vesela@praha4.cz">barbora.vesela@praha4.cz</a>.</p>		