

Prosincový program pro seniory Prahy 1: kultura, vzdělávání i vánoční atmosféra

20.11.2025 - | Městská část Praha 1

Prosinec na Praze 1 bude i letos patřit pohodovým setkáním, přednáškám, hudbě i společným výletům. Středisko sociálních služeb připravilo pestrý adventní program, který potěší milovníky kultury, poznávání i aktivního životního stylu. Přihlášení na akce probíhá výhradně telefonicky - kontakty najdete níže.

Trénování paměti se zkušenou lektorkou

Oblíbené lekce Míly Kahounové proběhnou během prosince hned třikrát, pokaždé v jiném domě s pečovatelskou službou:

- **3. 12. v 14.00 - BDPS Benediktská**
- **10. 12. v 14.00 - DPS Pštrossova**
- **17. 12. v 14.00 - DPS U Zlaté studně**

Setkání jsou vhodná pro každého, kdo chce v příjemné atmosféře procvičit paměť, koncentraci a mentální kondici.

☐ Tematická předvánoční vycházka po Kampě

Průvodce Martin vás 16. 12. od 14.00 provede malebnou zimní Kampou a připomene její historii, pověsti a zajímavosti. Přihlašování na procházku začíná **9. 12.** a trvá do naplnění kapacity.

☐ Setkání s kulturou v Malostranské besedě

Hudebně-poetické odpoledne „**Jak se hladí duše aneb Vánoce s poezií**“ nabídne vystoupení Pražského smyčcového dua.

- **10. 12. od 15.00 v Malostranské besedě**
Vstupenky jsou zdarma a bude je možné vyzvednout v infocentru MČ Praha 1 od **25. 11.**
-

☐ Přednáška Jaroslavy Náprstkové

Známa pražská průvodkyně představí půvabné **pražské kaple a kapličky** v rámci přednášky *Praha je Praha, to máte marný.*

- **11. 12. ve 14.00, klub seniorů Tomáš**
Registrace probíhá od **1. 12.**
-

☐ **Komorní koncert: Jazzový dýchánek**

Hudební duo Jakub Kliment (baskytara) a Vojtěch Beránek (vibrafon) přinese příjemné jazzové odpoledne.

- **18. 12. ve 14.00, klub seniorů Tomáš**
Přihlášky od **8. 12.**
-

☐ **Výlet na vánoční trhy v Lysé nad Labem**

Adventní atmosféru můžete nasát i mimo Prahu - výlet na tradiční trhy proběhne v pátek **5. 12.** Sraz je v **8.45 u pokladen na Hlavním nádraží.**

☐ **Přihlášky a kontakty**

Na všechny akce je nutné se přihlásit **pouze telefonicky:**

- **Karolína Schwarzová - 725 397 934**
- **Roman Pecháček - 607 048 183**

<https://www.praha1.cz/prosincovy-program-pro-seniory-prahy-1-kultura-vzdelavani-i-vanocni-atmosfera>