

Březen plný setkávání, hudby i poznávání pro seniory z Prahy 1

9.3.2026 - | Městská část Praha 1

Středisko sociálních služeb Prahy 1 připravilo na březen pestrý program pro seniory, kteří chtějí trávit čas aktivně, potkávat se s ostatními a dozvědět se něco nového. Čeká vás trénování paměti, hudební vystoupení, zajímavá přednáška, zážitkový program i tematická vycházka po Praze.

Akce probíhají na různých místech Prahy 1 a některé z nich vyžadují předchozí přihlášení. Přinášíme přehled březnových aktivit, na které se můžete těšit.

Program na březen 2026

Trénování paměti s Mílou Kahounovou

Oblíbené setkání zaměřené na procvičování paměti a mentální kondice.

- **4. března od 14.00** - DPS Týnská
- **11. března od 14.00** - BDPS Benediktská
- **18. března od 14.00** - DPS Pštrossova
- **25. března od 14.00** - DPS U Zlaté studně

Setkání s kulturou: Dixieland

Hudební odpoledne s energickým vystoupením **DixieBand MP Praha**.

- **Středa 4. března od 15.00**
- **Malostranská beseda**

Vstupenky jsou **zdarma** a k vyzvednutí od **17. února v infocentru MČ Praha 1**.

Přednáška Jaroslavy Náprstkové: Pražské katastrofy

Zajímavé vyprávění o dramatických událostech, které se v minulosti odehrály v Praze.

- **Čtvrtek 5. března od 14.00**
- **Klub seniorů Tomáš**

Přihlášky jsou možné **od 23. února do naplnění kapacity**.

Zážitkový program: Úvod do odezírání

Praktický program, který přiblíží základy odezírání a komunikace.

- **Středa 11. března od 14.30**
- **Klub seniorů Haštalka**

Přihlášky **od 2. března do naplnění kapacity**.

Tematická vycházka s Martinem

Po stopách Jana Blažeje Santiniho – objevování architektury slavného barokního stavitele.

- **Úterý 17. března od 14.00**

Přihlášky **od 9. března do naplnění kapacity.**

Komorní koncert

Hudební odpoledne „**Jihoamerický koktejl pro flétnu a kytaru**“.

Vystoupí:

- flétnistka **Klára Lesáková**
- kytaristka **Anna Pacovňová**
- **Čtvrtek 26. března od 14.00**
- **Klub seniorů Tomáš**

Přihlášky **od 19. března 2026 do naplnění kapacity.**

Přihlášky na akce

Na vybrané akce je nutné se přihlásit **telefonicky**:

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

Přihlášení je možné **výhradně telefonickým hovorem.**

<https://www.praha1.cz/brezen-plny-setkavani-hudby-i-poznavani-pro-seniory-z-prahy-1>