

**22. listopadu 2018 Karoliny Světlé 18, Praha 1**

**VSTUP ZDARMA, včetně DROBNÉHO OBČERSTVENÍ**

## **DIVADLO** moderuje David Klimeš

**09:00 – 09:30 Slavnostní zahájení**

**09:30 – 11:00 Důchod pro život**

Jak se vypočítá starobní důchod; co mám dělat, abych měl slušný důchod? Nebezpečí předčasných důchodů? Odpovídat Vám budou např. Martin Potůček, Jaroslav Vostatek a další...

**11:00 - 11:15 Vystoupení Ministryně práce a sociálních věcí Jany Maláčové**

**11:30 – 12:30 Stříbrní frajeři s Eduardem Markem, Petruškou Šustrovou. Moderuje Jindřich Šídlo.**

Portréty a příběhy těch, kteří dokázali více než ostatní.

**14:00 – 14:45 Srozumitelně o zdravotních a sociálních službách**

Kdo služby poskytuje? Co je příspěvek na péči? Odpovídat Vám budou např. Zdeňka Cibulková (Úřad práce), Tomáš Klinecký (Magistrát hl. m. Prahy), Libuše Čeledová, Rostislav Čevela, Bohumil Seifert.

**14:45 – 15:30 Lehký život pečujících**

Jak pečovat o seniora v rodině. Podporuje stát pečující? Odpovídat budou např. Hynek Jeřábek, Eva Jarolímová a další.

**16:00 – 16:30 Pravda nebo lež**

Neuvěřitelné příběhy zralých žen a mužů. Vypráví Stanislav Zindulka a Ladislav Trojan.

## **MÍSTNOST DVOJKA**

**9:30 - 11:00 Zahraj si to sám s Melogee**

Přijďte si zahrát na své oblíbené nástroje a užijte si přínos muzikoterapie.

**12:00 – 13:00 Příprava na stáří**

Jak se připravit na to, co nás čeká. Vytvoření individuálního plánu stárnutí.

**14:00 – 15:00 Gerontooblek**

Praktická ukázka - Jaké je to být seniorem. Na vlastní kůži si vyzkouší Petra Tenorová.

## **DŘEVÁK**

**09:30 – 14:00 Senior na drátě a bez drátu – showroom**

Ukázky technologických inovací ulehčujících život seniorů a pečujících.

**11:30 – 12:30 Senior na drátě a bez drátu - přednáška (možnost získat službu Tísňové péče na rok ZDARMA)**

Technologie pro snadný život seniorů a pečujících.

**14:00 – 15:00 Nové triky šmejdů - diskuse s předními odborníky, kteří se touto problematikou zabývají - např. zástupce ombudsmanky, zástupce ČOI, zástupce městské policie, zástupce ERÚ a hasiči a další...**

**15:30 – 16:30 LGBT kulatý stůl s Ester Janečkovou**

Jak se připravit na coming-out svých vnoučat, jak reagovat.

## **KOMUNITNÍ MÍSTNOST**

**09:30 – 11:30 Tvůrčí malování**

**12:00 – 13:00 a 14:00 – 15:00 Vytvořte si adventní dekoraci (vstupné 100 Kč)**

**REGISTRACE NA VŠECHNY AKTIVITY KANCELÁŘI CDS (1. PATRO) NEBO  
NA ČÍSLE 222 333 555. MOŽNOST PŘIHLÁŠENÍ ONLINE ZDE**

Aktivity projektu Fórum Stáří spojuje jsou podpořeny z dotačního programu Podpora veřejně účelných aktivit seniorských a proseniorských organizací s celostátní působností.

### **TRAMVAJ DIXIELAND**

Přijďte si zatančit a naladit se seniorských jazzbandem k nám do Života 90

### **DRAHÁ MATHILDA**

Daniela Kolářová,  
Ilona Svobodová, a další...

DIVADLO U VALŠŮ OD 18:00  
Vstupné 200 Kč

V 11:00 roztančíme celý dům společně s Petrem Veletou.

**NEBUDE CHYBĚT PĚVECKÝ SBOR ŽIVOTA 90**

A v 15:30 se můžete těšit na vystoupení našich úžasných břišních tanečnic Života 90

**CELÝ DEN BUDOU K DISPOZICI SLUŽBY ŽIVOTA 90**