

TRMALOVA VILA ÚNOR 2026



út 3. 2. 09:00–11:00	DESKOVÉ A JINÉ HRY	posezení u společenských her
út 10. 2. 09:00–11:00	DESKOVÉ A JINÉ HRY	posezení u společenských her
čt 12. 2. 10:00–10:45	JÓGA PRO SENIORY	karimatku s sebou
čt 12. 2. 16:00–17:30	PŘEDNÁŠKA: Šlechtický rod Lobkowiczů	dějiny z pohledu těch, kteří je sami utvářeli, přednese Hana Valentová
út 17. 2. 09:00–11:00	DESKOVÉ A JINÉ HRY	posezení u společenských her
čt 19. 2. 14:00–15:30	WORKSHOP: Japonské omlazovací cvičení na obličej a oči	procvičování obličejových i očních svalů ke zlepšení vzhledu a zraku s Hisako Yokoyama (zrcátko nebo chytrý telefon vezměte s sebou)
út 24. 2. 09:00–11:00	DESKOVÉ A JINÉ HRY	posezení u společenských her
st 25. 2. 14:00–15:30	PŘEDNÁŠKA: Pražské historické povodně	ničivou sílu vodního živlu v hlavním městě přiblíží Pavla Státníková
čt 26. 2. 10:00–10:45	JÓGA PRO SENIORY	karimatku s sebou

Na program je nutné se
registrovat předem –
telefonicky, e-mailem nebo
osobně spolu s Kartou
seniora Prahy 10.

ADRESA: Trmalova vila, Vilová 11, Praha 10 – Strašnice
OTEVÍRACÍ DOBA: út, st, čt 12:00–16:00 (kromě svátků)
KONTAKTNÍ OSOBA: Bc. Olga Másilková
E-MAIL: produkce@trmalovavila.eu
TEL.: +420 274 777 305, +420 775 234 343

praha10.cz/kartaseniora

X
PRAHA 10