



## KVĚTEN 2024

|           |  |       |
|-----------|--|-------|
| <b>2</b>  | <b>Čtvrtek</b>   | 16,30 |
|           | <b>Konverzace v angličtině 18+</b><br>s Richardem Lazárem. Procvičte si angličtinu potřebnou v běžných situacích.  |       |
|           | <b>Čtvrtek</b>   | 17,00 |
|           | <b>Dějiny křesťanství z ptáčích perspektiv s kaplanem Petrem Šabakou</b><br>Přehled základních kvalitativních zlomů v dějinách a charakteristiky jednotlivých období, aneb co nás ve škole neučili, protože buď nemohli nebo tomu nerozuměli.  |       |
| <b>3</b>  | <b>Pátek</b>   | 8,00  |
|           | <b>Relaxační cvičení 60+</b> , 40Kč.<br>Zvýhodněný vstup na předem zakoupenou permanentku. Více info na recepci PL.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 9,00  |
|           | <b>Cvičení na židlích 60+</b> , 40 Kč.<br>Zvýhodněný vstup na předem zakoupenou permanentku. Více info na recepci PL.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 10,00 |
|           | <b>Cvičení pro maminky s dětmi do 3 let</b> , 100Kč.<br>Přihlášení a platba přes evstupenku nebo na recepci PL.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 11,00 |
|           | <b>Cvičení pro těhotné a po porodu</b><br>s Lucií Markytánovou, 100 Kč. Přihlášení a platba přes evstupenku nebo na recepci PL.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 15,00 |
|           | <b>Jóga 60+</b><br>Nutnost přihlášení na <a href="http://www.ksk-liberec.cz">www.ksk-liberec.cz</a> nebo na recepci PL.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 16,15 |
|           | <b>Zdravotní cvičení s prvky jógy 18+</b><br>s Ilonou Šrutovou, 100 Kč. Přihlášení na <a href="http://www.ksk-liberec.cz">www.ksk-liberec.cz</a> nebo na recepci PL.   |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 17,30 |
|           | <b>Jóga 18+ s Ilonou Šrutovou</b> , 100 Kč.<br>Přihlášení na <a href="http://www.ksk-liberec.cz">www.ksk-liberec.cz</a> nebo na recepci PL.  |       |
| <b>6</b>  | <b>Pondělí</b>   | 13,00 |
|           | <b>Bowling 60+</b><br>Home Credit Arena<br>vstup na předem zakoupenou permanentku. Více info na recepci PL.  |       |
|           | <b>Pondělí</b>   | 16,30 |
|           | <b>Hudební workshop 60+ s Janem Odvárkou</b><br>Tvůrčí hudební dílna pro všechny hudební nadšence. Další termíny 13., 20., 27.5.2024.  |       |
| <b>7</b>  | <b>Úterý</b>   | 7,30  |
|           | <b>Zámek Nové Město nad Metují a procházka v Babiččině údolí</b><br>Výlet pro seniory 60+, cena 950,-.<br>V ceně doprava, oběd, průvodce, prohlídka. Přihlášení a platba přes evstupenku nebo na recepci PL do 30.4. Odjezd v 7,30 ze zastávky od liberecké radnice.   |       |
|           | <b>Úterý</b>   | 17,00 |
|           | <b>Koncert Jiří Šlitr - 100 let</b><br>Písničky z dílny Jiřího Šlitra, které se spolu s texty Jiřího Suchého staly neoddělitelnou součástí fenoménu československých „šedesátek“, pod praporem divadla Semafor. Zahraje mladý jazzový kytarista, zpěvák a toho času student Pařížské konzervatoře, Aleš Bartoš. Spolu s ním budou písně zpívat Hynek Grania a Jiří B. Sturz, 80 Kč. Platba přes evstupenku nebo na recepci PL. |       |
| <b>9</b>  | <b>Čtvrtek</b>   | 10,00 |
|           | <b>Kuželky 60+</b><br>Home Credit Arena. Vstup na předem zakoupenou permantku. Více info na recepci PL. <b>Další termín 23. 5. 2024.</b>   |       |
| <b>10</b> | <b>Pátek</b>   | 8,00  |
|           | <b>Relaxační cvičení 60+</b> , 40 Kč.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 9,00  |
|           | <b>Cvičení na židlích 60+</b> , 40 Kč.   |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 10,00 |
|           | <b>Cvičení pro maminky s dětmi do 3 let</b> , 100 Kč.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 11,00 |
|           | <b>Cvičení pro těhotné a po porodu</b> , 100 Kč.   |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 15,00 |
|           | <b>Jóga 60+</b>  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 16,15 |
|           | <b>Zdravotní cvičení s prvky jógy 18+</b> , 100 Kč.  |       |
|           | <b>Pátek</b>   | 17,30 |
|           | <b>Jóga 18+ s Ilonou Šrutovou</b> , 100 Kč.  |       |

|           |  |               |
|-----------|--|---------------|
| <b>13</b> | <b>Pondělí</b>   | 10,00         |
|           | <b>Fotocestování</b> - jednoduché rady a tipy, jak fotit krásné fotky z cest s Jarkou Nývltovou. 80 Kč. Platba přes evstupenku nebo na recepci.  |               |
|           | <b>Pondělí</b>   | 17,00         |
|           | <b>Jižní Amerika očima Martina Mykisky</b><br>Pomyslná cesta různorodou a překrásnou krajinou zemí Jižní Ameriky, zejména pralesů Amazonie, lagun i hor Bolívie, Peru a Patagonie – od přírody přes misie a sídla po unikátní lokality solných pánví a chladných pustin. Ve spolupráci s Armillaria. |               |
| <b>14</b> | <b>Úterý</b>   | 10,00         |
|           | <b>Historie a vývoj Bytexu ve vyprávění Otakara Oraného</b><br>Poslechněte si, jak ve Vratislavicích vyrostla silná konkurence libereckého textilnictví rodiny Liebigů.  |               |
|           | <b>Úterý</b>   | 14,00         |
|           | <b>Hudební odpoledne s harmonikou</b>  |               |
|           | <b>Úterý</b>   | 17,00         |
|           | <b>„Muž, který zastavil čas“ – komentovaná prohlídka s autorkou výstavy Pavlou Šnajdarovou ze studia OP&amp;K.</b> Vstupné 40Kč. Platba přes evstupenku nebo na recepci PL.  |               |
| <b>15</b> | <b>Středa</b>  | 15,00         |
|           | <b>IT poradna 60+</b><br>Další termíny 22., 29. 5. 2024.   |               |
|           | <b>Středa</b>  | 17,00         |
|           | <b>Animační dílna výstavy „Muž, který zastavil čas“, 8-99 let, 120 Kč</b><br>Přijďte si vyzkoušet animovat na předanimačních strojích. Každé stanoviště je zaměřené na jiný princip animace. Přihlášení a platba přes evstupenku nebo na recepci PL. Omezená kapacita.                               |               |
| <b>17</b> | <b>Pátek</b>   | 8,00          |
|           | <b>Relaxační cvičení 60+</b> , 40 Kč.  |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 9,00          |
|           | <b>Cvičení na židlích 60+</b> , 40 Kč.   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 10,00         |
|           | <b>Cvičení pro maminky s dětmi do 3 let</b> , 100 Kč   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 11,00         |
|           | <b>Cvičení pro těhotné a po porodu</b> , 100 Kč.   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 15,00         |
|           | <b>Jóga 60+</b>  |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 16,15         |
|           | <b>Zdravotní cvičení s prvky jógy 18+</b> , 100 Kč   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 17,30         |
|           | <b>Jóga 18+ s Ilonou Šrutovou</b> , 100 Kč.  |               |
| <b>19</b> | <b>Neděle</b>  | 10,00 - 13,00 |
|           | <b>Výstava historických vozidel z 50. až 80. let minulého století na technickém nádvoří Paláce Liebig</b><br>K vidění bude například MG B GT z roku 1974. Fotokoutek pro malé automobilisty. Akce je pořádána ve spolupráci se spolkem „Jízda veteránů, z.s.“.                                       |               |
|           | <b>Neděle</b>  | 10,00         |
|           | <b>Pohádky pro Dášenu</b><br>Divadlo Rolnička, 3+, 90Kč/osoba. Děti do dvou let mají vstup zdarma. Platba přes evstupenku nebo na recepci PL.  |               |
|           | <b>Neděle</b>  | 11,00         |
|           | <b>Kreativní dílnička po pohádce.</b><br>40 Kč/dítě. Platba přes evstupenku nebo na recepci PL.  |               |
| <b>20</b> | <b>Pondělí</b>   | 14,00         |
|           | <b>Komentovaná prohlídka výstavy „Muž, který zastavil čas“, 60+</b><br>Sraz před Palácem Liebig. Vstup 40Kč. Rezervace a platba přes evstupenku nebo na recepci PL do 16. 5.   |               |
| <b>21</b> | <b>Úterý</b>   | 18,00         |
|           | <b>Koncert liberecké hudební skupiny Stand Band. Od blues po rock.</b><br>80 Kč. Platba přes evstupenku nebo na recepci.   |               |
| <b>22</b> | <b>Středa</b>  | 17,30         |
|           | <b>Lákadla a rizika digitálních her</b><br>Přednáška nabídne tipy pro rodiče, jak dětem nastavit zdravé hranice hraní a užívání tzv. „obrazovek“ Cyklus přednášek ve spolupráci s Advaita Liberec. Omezená kapacita, nutná rezervace na recepci PL.  |               |

|           |  |               |
|-----------|--|---------------|
| <b>24</b> | <b>Pátek</b>   | 8,00          |
|           | <b>Relaxační cvičení 60+</b> , 40 Kč.  |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 9,00          |
|           | <b>Cvičení na židlích 60+</b> , 40 Kč.   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 10,00         |
|           | <b>Cvičení pro maminky s dětmi do 3 let</b> , 100 Kč.  |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 11,00         |
|           | <b>Cvičení pro těhotné a po porodu</b> , 100 Kč.   |               |
| <b>26</b> | <b>Neděle</b>  | 10,00 - 13,30 |
|           | <b>Malířský workshop s Magdalenou Nevrlou</b><br>Malba dle předlohy či fantazie, akrylové barvy na plátno, 500 Kč. Veškeré pomůcky v ceně. Přihlášení a platba přes evstupenku nebo na recepci PL.                                 |               |
| <b>28</b> | <b>Úterý</b>   | 18,00         |
|           | <b>Koncert, Aleksandra Saltykova – klavír a Vladimíra Sanvito – violoncello.</b><br>90 Kč. Platba přes evstupenku nebo na recepci.   |               |
| <b>30</b> | <b>Čtvrtek</b>   | 17,00         |
|           | <b>Bible z ptáčích perspektiv s kaplanem Petrem Šabakou</b><br>Jak se vyznat v Bibli. Klíče k pochopení velkého biblického příběhu.  |               |
| <b>31</b> | <b>Pátek</b>   | 8,00          |
|           | <b>Relaxační cvičení 60+</b> , 40 Kč.  |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 9,00          |
|           | <b>Cvičení na židlích 60+</b> , 40 Kč.   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 10,00         |
|           | <b>Cvičení pro maminky s dětmi do 3 let</b> , 100 Kč   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 11,00         |
|           | <b>Cvičení pro těhotné a po porodu</b> , 100 Kč.   |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 15,00         |
|           | <b>Jóga 60+</b>  |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 17,00         |
|           | <b>Vystoupení dětských a seniorských hudebních souborů</b><br>Na nádvoří Paláce Liebig vystoupí sbor Matylda a Tylida, účastníci hudebního workshopu Jana Odvárky a děti ze ZUŠ Frýdlant. Akce se koná pouze za příznivého počasí. |               |
|           | <b>Pátek</b>   | 19,00         |
|           | <b>Koncert vážné hudby - Irina a Maxim Biriucovi, klavír a flétna.</b><br>90 Kč. Platba přes evstupenku nebo na recepci.   |               |

### GALERIE JOHANN

#### „MUŽ, KTERÝ ZASTAVIL ČAS“

25. 4. - 30. 5. 2024

**Interaktivní výstava pro děti i dospělé o Muybridgeově legendární sérii fotografií běžícího koně z konce 19. století hravou formou vysvětluje principy animačního stroje před nástupem filmu.**

**„Ocitne se kůň běžící tryskem ve stavu, kdy se ani jednou nohou nedotýká země?“**

#### OTEVÍRACÍ DOBA:

Út, Čt, Pá: 13:00 - 18:00  
St, So: 10:00 - 18:00

**Vstupné: 50,- plné / 30,- snížené**

Výstava se koná u příležitosti konání festivalu Anifilm 2024.

Není-li uvedeno jinak, koná se akce v PL, je určena široké veřejnosti a pořadatelem je Komunitní středisko KONTAKT Liberec, p. o.

Změna programu vyhrazena.

