



# TÁBORKA

VYŠEHRADSKÉ KOMUNITNÍ CENTRUM V TÁBORSKÉ BRÁNĚ

## DUBEN 2024

### JARNÍ SOUSEDSKÝ ÚKLID

SOBOTA 6.4. 9-15

Přijďte s námi uklidit cesty do Táborky. Ať už vedou od Ta Kavárny, z Rybářské nebo z Podolí. V Táborce budou k dispozici pracovní rukavice a pytle. Centrální bod shromažďování odpadu bude na sportovní ploše za kostelem sv. Michala. Odvoz odpadu zajistíme.

### TISKAŘSKÝ KLUB - TETRA PAK

ÚTERÝ 9.4. 17:30-21

Věděli jste, že grafika může také recyklovat krabice od mléka a džusů? Je to technika, která místo kovové a nebo plastové destičky používá právě tento materiál, tak proč ho nepoužít, když by stejně skončil v popelnici. *Petra Blahová*

### OPEN GATE

ČTVRTEK 11.4. 9-13

Brána otevřená pro vás. Jen tak. Program jste vy – přečtete si nebo odnesete knihu, vyřídíte si hovor, nakojíte dítě či prostě jen tak buďte s námi v Táborce. Pro nejmenší návštěvníky Táborky budou k dispozici kreativní aktivity. *Katka Machová*

### 6. DÍLNA AMBASADOR DIDADIV

PÁTEK 12.4. 9-16

Zakladatelé kartonové divadelní scény spolu s divadelní režisérkou Martou Hermannovou a divadelní lektorkou Dominikou Prokopovou v dílně Ambassador DidaDiv představí metodiku tvorby loutkového divadla pro praxi učitelů, lektorů a pedagogů volného času. Registrace na [didadiv.cz/ambasador](http://didadiv.cz/ambasador).

### UPCYCLING - TEXTILNÍ TVORBA

PONDĚLÍ 15.4. 17-19

Výtvarka v podvečer? Děti a dospělí spolu? Ano, jedinečně v Táborce. Pro dospělé a děti od 7 let. *Monika Huyová*

### OTEVŘENÉ CVIČENÍ FLOW TAI CHI NA 2 M<sup>2</sup> STŘEDA

17.4. 18-19

Ukážeme si jednoduchá a účinná cvičení, které můžeme cvičit sami doma. Za hezkého počasí cvičíme venku. Doporučená je pohodlná obuv s rovnou podrážkou. Když pohyb plyne, energie cirkuluje. Když energie cirkuluje, tak tělo a mysl jsou v rovnováze. *Ivan Trebichavský*

### VYŠÍVÁNÍ JARNÍHO VĚNCE

PONDĚLÍ 22.4. 17-19

Ukázka moderního vyšívání. Společně si ukážeme různé stehy. Můžete si přinést vlastní textil, který byste chtěli oživit, nebo bude připravená látka a vyšívací kruh, ve kterém si pak můžete výsledek vystavit. Nemusíte nic nosit, bude vše připraveno. *Katka Machová*

### SOUSEDSKÉ STŘÍHÁNÍ

ČTVRTEK 25.4. 17-19

Přijďte si pro jarní účes do Táborky. Stříhá Karolina, ale další amatérští kadeřníci jen vítání, začínajícím pomůžeme se zácvikem. *Karolína Jirkalová*

### 7. DÍLNA AMBASADOR DIDADIV

PÁTEK 26.4 9-16

Zakladatelé kartonové divadelní scény spolu s divadelní producentkou Dominikou Špalkovou a asistentkou pedagoga v Montessori škole Na Beránku Annou Ryčkovou v dílně Ambassador DidaDiv představí metodiku tvorby loutkového divadla pro praxi učitelů, lektorů a pedagogů volného času. Registrace na [didadiv.cz/ambasador](http://didadiv.cz/ambasador).

### JARNÍ TEN BLEŠÁK V TA KAVÁRNĚ

PÁTEK 26.4. 14-17

Tradiční akce, starší jak Táborka sama. Blešák, jehož výtěžek podpoří tréninkovou kavárnu TA KAVÁRNA, která pomáhá lidem překonávat bariéry při hledání zaměstnání. Rychlým krokem k ní dorazíte za 2 minuty z Táborky. Provětrejte svůj šatník a přijďte si vybrat nové kousky. Děťští prodejci vítání.

### OPEN GATE

ÚTERÝ 30.4. 9-13

Brána otevřená pro vás. Jen tak. Program jste vy – přečtete si nebo odnesete knihu, vyřídíte si hovor, nakojíte dítě či prostě jen tak buďte s námi v Táborce. Pro nejmenší návštěvníky Táborky budou k dispozici kreativní aktivity. *Filip Ježek*

**Na všechny akce je vstup volný, uvítáme dobrovolný příspěvek.**

[facebook.com/taborka.vysehrad](https://facebook.com/taborka.vysehrad)

[taborka.vysehrad@gmail.com](mailto:taborka.vysehrad@gmail.com)