

# PROGRAM 30.-31. 5. 2026

## CENTRÁLNÍ ZÓNA

### HUDEBNÍ CENTRAL PARK – INNOGY

Scéna nejpůvodnějších hudebních žánrů

SOBOTA	NEDĚLE
12:00 Michal Hrůza	12:00 Berenika Kohoutová
14:00 Marpo	14:00 Děda Mládek Illegal Band
16:00 Martina Pártlová	16:00 Tomáš Klus
18:00 No Name	18:00 Xindi X
20:00 Lucie	20:00 Divokej Bill

### NEZÁVISLÁ HUDEBNÍ SCÉNA – PENNY

Rock, pop, world music, elektronická hudba

SOBOTA	NEDĚLE
11:15 Tam Tam Batucada	11:15 Září
13:00 Madam Royal	13:00 Olfaktorika
15:00 Duende	15:00 Předkapela Teambuilding
17:00 Vanua2	17:45 KRYL MEZI PLOTY
19:00 Midi Lidi	(Nové struny a hostě)
	19:00 Red Baron

### HRAJ SI, BAV SE, VYTVÁŘEJ – HASIČSKÁ VZÁJEMNÁ POJIŠŤOVNA: Workshopy, umělecké dílny a hry

**SOBOTA A NEDĚLE:** Tvorba mozaiky a textilní workshop (BONA, o.p.s.) / **Vzdělávací a interaktivní hry** (Fakescape) / **Zážitkové tvoření ze dřeva** (Panda Art Stream) / **Co nabízí Praha 8 rodinám?** (Osmička pro rodinu) / **Mazlení s pejsky** (Nadační fond Canisterapie) / **Posílení mozkových závitů** (Centrum Seňorína, z.s.) / **Podpořte lidi bez domova** (Nový Prostor) / **Malování tašek** (Farní charita Praha 1 – Nové Město) / **Vyrobte si originální placku** (Městská knihovna v Praze) / **Udělejte si panenku pro radost** (Prostě triko – jen neděle) / **Tvoření v korálkové dílně** (Dobré místo, z.s.) / **Jak na šťastné mateřství?** (Úsměv mámy) / **Krizová interventka Sociální kliniky** (Sociální klinika) / **Workshopy s africkou tematikou** (Centrum Narovinu) / **Vyrobte si pohodové mýdlo** (POHODA) / **Soutěžte s Fondy EHP** (Fondy EHP a Norska) / **Nejsi na to sama** (Bellis) / **Relaxace u deskových her** (Green Doors) / **Slalom na vozíku** (DMO Pobyty) / **Aby ulice nebyla domovem** (NADĚJE) / **Seznamte se s Neposedou** (Neposedá) / **Na kávu a poučení** (Maminy s rakovinou) / **Příběhy do vašeho šatníku** (Hvězdný bazar) / **Pojďte tvořit z překližky** (Tvoření z překližky) / **Dovádění s bublinami** (Bubble Factory) / **Seznamte se s Charitou dětem** (Charita dětem) / **Tvoříme z přírodních materiálů** (Zahrádka Troja, z.s.) / **Kvíz digitální rovnováhy** (Zvedni hlavu) / **Pobavte se s Veselou vědou** (Veselá věda)

### TELINK: DRONY PRO MALÉ I VELKÉ

OBA DNY: DronFrpal aneb droni fotbalék / Největší nákladní dron DJI Fly-Cart 100 / Soutěž o drony DJI NEO / Balónky, pastelky a omalovánky

## RODINNÁ ZÓNA

### UJÍŽDÍME NA DUŠI – HLAVNÍ MĚSTO PRAHA

Péče o duši nás a našich dětí. Informace, pomoc, orientace. Pod záštitou a za podpory náměstkyně primátora hl. m. Prahy **Ing. Alexandry Udženija**

#### ZAHRADA PRO DUŠI

SOBOTA
13:00 Diana Terechová: <b>Jak přežít dospívání?</b>
14:00 Táňa Zimmermannová: <b>ADHD: jiný způsob fungování mozku – problém, nebo příležitost?</b>
15:00 Mgr. Žaneta Spilka: <b>Rodina v mlze</b>
16:00 Markéta Vítková: <b>Křehkost, nebo dar? Život vysoce citlivých ve světě tlaku</b>
17:00 Tomáš Koukal: <b>Celostní pohled na sebepoškozování</b>

#### NEDĚLE

13:00 Kamil Rain a Zbyněk Roboch: <b>RESTART: Jak v digitální době neztratit sami sebe (a své zdraví)</b>
14:00 Martin Pazlar a Michaela Spálenková: <b>Dobrymi sousedy po rozvodu – a co ty ploty?</b>
15:00 Stanislava Kopecká a Beáta Uhlířová: <b>Zkušenost se závislostí v dospívání. Život pod dohledem kalorií</b>
16:00 MUDr. Michal Považan a Mgr. Kateřina Fialová: <b>Jak včas podpořit duševní zdraví vašich dětí?</b>
17:00 Katarína Adamcová: <b>Péče o duševní zdraví žen v období mateřství</b>

#### CENTRUM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB PRAHA

#### SOBOTA

13:30 Mgr. Jan Žufniček: <b>Když se dítě trápí: jak poznat a řešit šikanu</b>
14:30 <b>Násilí ve vztazích – jak o něm mluvit a co s ním</b>
15:30 Mgr. Alžběta Černochová, Bc. Tereza Králová: <b>Jak zvládat agresii v blízkých vztazích? Metody, prevence</b>
16:30 E. Lenártová, M. Vosmik: <b>Nechte dítě být dítětem: jak rodinný systém tvoří i léčí symptomy</b>
17:30 Štěpánka Machalická: <b>Krizová pomoc a představení poradny pro pozůstalé</b>

#### NEDĚLE

13:30 Bc. Roman Petrenko: <b>Duševní zdraví žáků a pedagogů – aktuální stav a vývoj</b>
14:30 Bc. Anna Franková: <b>Závislost nemusí být jen o alkoholu nebo drogách – může se týkat i běžných věcí v našem každodenním životě</b>
15:30 Bc. Kateřina Zengerová, DiS: <b>Sociální pracovník jako průvodce / I duše potřebuje někde bydlet</b>
16:30 <b>Násilí ve vztazích – jak o něm mluvit a co s ním</b>
17:30 Mgr. Jan Červenka: <b>Když už nevíš jak dál aneb krizová pomoc a představení KC RIAPS</b>

#### DALŠÍ ODBORNÍCI

#### SOBOTA

13:15 Adam Houška: <b>Lidé a mobily: komunikace 1, ale úzkost 0</b>
14:15 Mgr. Martin Titman: <b>Drogy – co nám zbylo ze starých časů: alkohol, pervitin, heroin a různá další retra aneb k čemu to je a co to přináší?</b>
15:15 Mgr. Aneta Jungbauerová: <b>Co pro vás může udělat peer konzultant?</b>
16:15 Mgr. Karolína Kráčmarová: <b>Práce psychologa s dětmi na Montessori ZŠ</b>
17:15 Mgr. Martin Titman: <b>Zelení krasavci - kratom, kanabinoidy a další „novinky“, neopomeňme vítězná tažení nikotinu: co vlastně víme o našich dětech?</b>

#### NEDĚLE

13:15 Lada Poláková: <b>Všichni to slovo známe: Krize. Co to vlastně je, kde se bere a jak ji zvládnout?</b>
14:15 Zdeněk Císař: <b>Jak si budovat pozitivní identitu</b>
15:15 Kristýna Bednářová: <b>Co je to hraniční porucha a jak „hraničářům“ pomůže peer konzultant?</b>
16:15 Vladimír Bastl: <b>Jak emoce nevnímat jako nepřítel</b>
17:15 Daniel Zezulák: <b>Střízlivost v širších souvislostech</b>

## RODINNÁ ZÓNA

### RODINNÁ HUDEBNÍ SCÉNA – VIATRIS

Hudba pro děti, rodiče, zamilované i kamarády

SOBOTA	NEDĚLE
11:30 Panda Banda	11:30 Bubeníci & přátelé
13:00 The Tap Tap	13:00 Yellow Sisters
15:00 Kašpárek v rohlíku	15:00 Adam Mišík
17:00 Pam Rabbit	17:00 Kateřina Marie Tichá
19:00 Sto zvířat	19:00 Poletíme?

### INNOGY POINT PLNÝ KLIDNÉ ENERGIE

OBA DNY: Výtvarné dílny / Filmový kvíz / Facepainting / Balanční rondo pro děti i dospělé / Trenažér sjezdového lyžování / Fotostěny z pohádek / Soutěže, deskovky, kriket a další zábavné aktivity

NEDĚLE: 14:00 a 16:00 Skupina Tmel s Antonii Rašilovou: loutkové představení Mouchy (Po.hádkách)

### ZÓNA DUŠEVNÍ POHODY S VIATRIS

OBA DNY: Omalovánky pro nejmenší / Výroba lapače snů / Pohybové aktivity pro celou rodinu / Stěna sdílení a inspirací

### PENNY ZÓNA

OBA DNY: Soutěže s odměnami pro děti / teplý bufet, čerstvé ovoce a sladkosti za příznivé ceny

## DIVADELNÍ ZÓNA

### DIVADLO ZA PLOTEM (hlavní sál) – INNOGY

Prestížní divadla přijíždějí do Bohnic

SOBOTA	NEDĚLE
13:00 <b>Kardio Theatre:</b> Kabaret duševní aneb Neveselý truchlivý	17:45 <b>Divadlo na druhém tahu:</b> Vernisáž
15:30 <b>Vršovické divadlo</b>	20:15 <b>Spitfire Company:</b> Antiwords
19:00 <b>Bohnická divadelní společnost:</b> Don Quijote de la citta	Vstupenky do divadla a na debaty za symbolickou cenu ve vestibulu hodinu před začátkem.

### TULÁCI PO HVĚZDÁCH (modrý salónek)

Rozhovory s těmi, kteří se nevzdali svých snů, moderují Václav Marhoul a Jitka Čvančarová

SOBOTA
16:00 Darja Stomatová, válečná zpravodajka na Ukrajině
18:00 Maroš Vago, psycholog a znalec šamanského přístupu

Vstupenky do divadla a na debaty za symbolickou cenu ve vestibulu hodinu před začátkem.

### SCÉNA SMÍCHU – PRAHA 8

Stand-up, skeče a improvizace – pro ještě lepší náladu

SOBOTA	NEDĚLE
12:00 <b>Ještě chvíli...</b>	12:00 <b>POHODA</b>
13:15 <b>Léčivé divadlo Gabriely Filippi</b>	13:15 <b>Divadelní spolek Proměna</b>
15:30 <b>Už!</b>	14:30 <b>Divadlo RADAR</b>
16:30 <b>Underground Comedy – Jiří Charvát</b>	16:00 <b>Underground Comedy – Tomáš Plhoň</b>
17:00 <b>Underground Comedy – Dominik Vu</b>	16:30 <b>Underground Comedy – Láďa Karda</b>
17:45 <b>Vosto5</b>	17:15 <b>Na stojáka – Karel Hynek</b>
18:50 <b>Na stojáka – Petr Vydra</b>	17:30 <b>Na stojáka – Ester Kočíčková</b>
	18:30 <b>Sober Sisters</b>

### PREZENTACE PNB

OBA DNY: Prezentace terapeutických dílen / Zooterapie a hipoterapie / Představení Centra psychosociálních služeb / Ukázky terapeutických aktivit / Informace o dobrovolnictví v PNB

### DIVADELNÍ SCÉNA RADOSTI – TELINK

Divadlo, tanec a rytmus

SOBOTA	NEDĚLE
12:10 <b>Loutky v nemocnici</b>	12:00 <b>Freedom 4 Praha</b>
13:20 <b>A proč ne?</b>	a <b>Freedom TŠ Hes</b>
14:00 <b>Damúza</b>	13:00 <b>Divadlo Debut (VOŠ)</b>
15:00 <b>Oukej</b>	14:00 <b>Bílá holubice</b>
16:30 <b>DRDS – Dismanův rozhlasový dětský soubor</b>	15:00 <b>ČINOHRA25 (absolventi DAMU)</b>
17:45 <b>Kateřina Janečková</b>	16:30 <b>SOS – Seniorská ochotnická společnost – senioři z HaF studia</b>
19:00 <b>Dj Colibri</b>	17:15 <b>Antonie Svobodová</b>

### ZÓNA PRO PÁCKY A JEJICH LIDI

SOBOTA a NEDĚLE
13:00 <b>Když pes a člověk tančí jako jeden tým</b> (Kateřina Landovská)
13:00 <b>Pes kulhá? Nemusí to být stáří...</b> (PhysioDOG)
14:00 <b>Rozhodují minuty. Nastupují záchranářští psi</b> (záchranné brigády)
14:00 <b>Pes léčí svou přítomností</b> (Veronika a Vendula Benešovy)
15:00 <b>Pes, který rozumí. Jak na výcvik a výchovu psů</b> (Petra Harantová Helešicová)
16:00 <b>Rychlost, radost a čtyři packy v letu – agility</b>

### RELAXAČNÍ ZÓNA – SCANquilt

Tanec, dech, jóga, workshopy a přechod přes žhavé uhlí

SOBOTA	NEDĚLE
13:00 <b>Gongová lázeň</b>	13:00 <b>Meditační zvuková lázeň</b>
14:00 <b>Dech – tvá síla i klid</b>	„Cesta do vnitřního Ticha“
15:00 <b>Jemné pánevní dno pro ženy</b>	14:00 <b>Dech – tvá síla i klid</b>
16:00 <b>Párové cvičení a relaxace</b>	15:00 <b>Yoga flow (Jógové plynutí)</b>
17:00 <b>Africké tance</b>	16:00 <b>Akrobacie pro děti a rodiče</b>
	17:00 <b>Přechod žhavých uhlíků</b>

### LOUTKY V NEMOCNICI (stan)

Pohádky, fantazie a tvoření

SOBOTA	NEDĚLE
11:00 <b>Otesánek</b>	11:00 <b>Medvěď, který nebyl</b>
12:00 <b>Kiosek</b>	12:00 <b>Cesta kolem světa za 80 dní</b>
13:00 <b>Dvanáct měsíčeků</b>	13:00 <b>Jdu ven</b>
14:00 <b>Čtyři kamarádi</b>	14:00 <b>Boudo budko</b>
15:00 <b>Pingu</b>	15:00 <b>O Kobližkovi</b>
16:00 <b>Fénixova zahrada</b>	16:00 <b>Táboráček</b>
17:00 <b>Tři prasátka</b>	17:00 <b>Tam, kde žijí divočiny</b>
18:00 <b>O Smolíčkovi</b>	18:00 <b>Žabáci</b>

### PROGRAM POZITIVNÍHO RODIČOVSTVÍ TRIPLE P – MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ

SOBOTA
13:00 Mgr. Dominika Heřmanová: <b>Jak nevyhořet na rodičovské</b>
14:00 Mgr. Magdaléna Vojtěchová, MBA: <b>Meditace v pohybu</b>
15:00 Linda Martišková: <b>Slyšíme děti, ale umíme jim opravdu naslouchat?</b>
16:00 Mgr. Gracián Svačina, Brigita Zemen: <b>Rodičovské desatero</b>
17:00 Mgr. Jana Horalová: <b>Vědomý pohyb – propojení mysli a těla</b>

NEDĚLE
13:00 Mgr. Dominika Heřmanová: <b>Jak nevyhořet na rodičovské</b>
14:00 Mgr. Magdaléna Vojtěchová, MBA: <b>Meditace v pohybu</b>
15:00 Mgr. Jana Horalová: <b>Vědomý pohyb – propojení mysli a těla</b>
16:00 Mgr. et Mgr. Alena Zelinová: <b>Time out není být na hanbě</b>
17:00 Mgr. Radka Liebezeitová: <b>Pro lepší spánek</b>