

PŘEHLED AKCÍ PRO VEŘEJNOST – BŘEZEN 2026

Ve spolupráci s plzeňskými organizacemi, které působí v oblasti sociálních služeb, přinášíme přehled akcí, které se uskuteční v březnu. Program je otevřený všem – seniorům, rodinám s dětmi, lidem, kteří se zajímají o dění ve svém okolí. Přijďte se inspirovat, zapojit nebo si jen užít příjemné chvíle ve společnosti ostatních.

2. února, 9. února, 16. února, 23. února, 30. února (pondělí)

MŠE SVATÁ

Pozvánka na mši svatou pro klienty Domova sv. Aloise a veřejnost, která se koná každé pondělí od 14:45 hod. Vstupné zdarma. Akce se koná v Domově sv. Aloise, Hradištská 30, Plzeň – Slovany.

2. – 20. března

DĚČKOVÝ BŘEZEN VE FN PLZEŇ

Fakultní nemocnice Plzeň Vás zve na bezplatné testování hladiny vitamínu D z odběru žilní krve. Je určeno pro zájemce starší 18 let. **NECHTE SI ZDARMA ZMĚŘIT SVOJE DĚČKO.** Registrace je možná již od 16. února 2026 na webu www.fnplzen.cz nebo na telefonu 377 402 940 (PO – PÁ: 8-11 hod.). Odběry budou probíhat v Očkovacím centru FN Plzeň, pavilon 61, 3. patro – bývalá vojenská nemocnice, Edvarda Beneše 1128/13, Plzeň. Otevřeno bude PO – ČT: 7-12 hod. a 13 – 14 hod.; PÁ: 7-12 hod. **BEZ NUTNOSTI CHODIT NALAČNO.**

9. března (pondělí)

ZVLÁDÁNÍ ÚZKOSTI – BEZPLATNÝ WEBINÁŘ

Terapeutická linka Sluchátko Vás zve na bezplatný webinář s praktickými tipy jak zmírnit příznaky úzkosti v běžném životě. Jedná se o 90 minut toho nejpodstatnějšího, co KBT psychoterapeuti učí své klienty o zvládání úzkosti: první pomoc při návalu úzkosti, co úzkosti a strach zhoršuje, jak zacházet s úzkostí tak, abyste žili spokojený život. Nemusíte na to být sami! Webinář se koná 9. března 2026 od 18 do 20 hodin. Lektorkou bude Mgr. Katarína Durkáčová. Více informací na webu <https://linkasluchatko.cz/> nebo z přiloženého letáčku.

10. března (úterý)

SPOLEK NESLYŠÍCÍCH PLZEŇ – KURZY

Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR, z.s., Spolek neslyšících Plzeň, p.s. pořádá pro širokou veřejnost níže uvedené kurzy.

1. Český znakový jazyk - modul I.

Jedná se o akreditovaný kurz Českého znakového jazyka - modul I. Kurz je vhodný pro úplné začátečníky, kteří se chtějí seznámit se základy znakového jazyka.

Kurz začíná 10. března 2026 (úterý), v době od 15:00 do 16:30 hodin.

Cena kurzu je 2.200 Kč a jedná se o soubor 8 kurzů po 90 minutách.

Kurzy probíhají na adrese Tylova 14, Plzeň. Je třeba předchozí registrace na e-mailu spolek@snplzen.cz. Více informací naleznete na webových stránkách <http://www.snplzen.cz/o-nas/kurzy/cesky-znakovy-jazyk-modul-i/>

2. Základy komunikace s osobami se sluchovým postižením

Jedná se o akreditovaný kurz Základy komunikace s osobami se sluchovým postižením. Účastníci se seznámí se základními principy v komunikaci, ale i s praktickými informacemi, které se týkají sluchové vady.

Kurzy jsou plánované na podzim 2026.

Cena kurzu je 1.990 Kč.

Kurzy jsou prezenční či on-line formou. Je třeba předchozí registrace na e-mailu spolek@snplzen.cz. Více informací naleznete na webových stránkách <http://www.snplzen.cz/o-nas/kurzy/zaklady-komunikace-s-osobami-se-sluchovym-postizenim-2/>

13. března (pátek)

KERAMICKÁ DÍLNA PRO DOSPĚLÉ

Organizace MOTÝL, z.ú. Vás zve na keramickou dílnu pro dospělé, kde si můžete vyrobit hrneček nebo misku. Akce se koná v prostorách organizace, na adrese Žlutická 2, Plzeň, a to od 14 do 16 hodin.

13. března (pátek)

TANEČNÍ VEČER PRO DŘÍVE NAROZENÉ

Statutární město Plzeň, zastoupené Odborem sociálních služeb Magistrátu města Plzně, Vás zve na Taneční večer pro dříve narozené, který se koná v malém sále Měšťanské besedy od 18 hodin. Akce se koná pod záštitou Ing. Jiřího Šrámka, radního pro oblast sociálních věcí a aktivního života seniorů. Hrát bude kapela Duo song. Vstupné zdarma.

15. března (neděle)

ROZPUSTILÉ VYHÁNĚNÍ ZIMY Z PLZEŇSKÉ KOTLINY

Stalo se již tradicí, že pro Plzeňany končí zima vždy na přelomu února a března. Letošní zima je (nebo byla) podle meteorologů nejstudenější za posledních 15 let. Prostě byla taková, jaká v našich zeměpisných podmínkách bývala normální. Včetně toho, jak praví lidové přísloví: Březen za kamna vlezem, duben ještě tam budem. Proto jsme ji letos, a také kvůli termínu jarních prázdnin, dali 14 dnů navrch. Ale ani o den déle!

Letošní rozpustilé vyhánění zimy z plzeňské kotliny se uskuteční v neděli 15. března a zve Vás na něj sdružení IRIS.

Začátek programu je ve 14 hod. na začátku Kilometrovky u Kalikovského mlýna.

Odsud se po přivítání SENIOR KAPELOU TOTEM, úvodním ceremoniálu a setnutí hlavy línému kohoutovi, kterému se za vinu dává, že rána jsou stále tmavá, přesune průvod plný masek a dalších přítomných za hudebního doprovodu skupiny KOLKO k lávce přes Mži mezi Pattonovým a Rooseveltovým mostem. Zde se (příchod v průvodu cca ve 14,45 hod.) mezi sebou odhodlaně utkají Zimomilci s Jaromilci. Zcela určitě vyhrají, jako všechna předchozí léta, ti druzí! Vůdčí postava průvodu Jaromil – letos již XVII. zde vyhlásí a odmění nejtípnější masky. Ceny budou stát za to, takže přijďte i vy v masce! A stane se zde to nejdůležitější:

Vzplane tu a pro jistotu bude ještě utopen symbol zimy – Morana.

Další cesta průvodu povede na nám. Republiky před radnici. I letos budou děti mít téměř po celé trase možnost svézt se na oblíbeném pivovarském koňském povozu.

Velké veselí určitě vypukne kolem 16. hod. před radnicí poté, co bude zima pro jistotu ještě spoutána a uvězněna v městské šatlavě. Jaromil XVII. tak bude moci s čistým svědomím oznámit náměstkovi primátora Aleši Tolarovi, že zima byla z plzeňské kotliny definitivně vyhnána. To vše znovu za doprovodu SENIOR KAPELY TOTEM a skupiny KOLLEKO. Odpolední program ukončí soutěžní pojídání masopustních koblih na čas o titul Plzeňského koblížkového krále a prince.

Upozornění pro všechny, kteří se k vyhánění zimy budou chtít připojit po trase průvodu: Časy jsou pouze přibližné. Záleží na počtu účastníků a počasí.

19. března (čtvrtek)

SPÁNEK – SEMINÁŘ PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST

Fakultní nemocnice Plzeň Vás zve na seminář z cyklu Zdraví máme jenom jedno, který je otevřený pro širokou veřejnost. Téma semináře SPÁNEK.

Spánek je klíčový pro regeneraci těla i mysli, jeho nepravidelnost, nedostatek nebo naopak přebytek mohou negativně ovlivnit zdraví. Jaké existují poruchy spánku a jak mít opravdu zdravý spánek? Jaké příznaky provází spánkovou apnoei? Přijďte se zeptat na vše, co vás zajímá... Akce se koná 19. března 2026, od 17 hodin, v areálu FN Plzeň – Bory, bývalá vojenská nemocnice, pavilon 63 – posluchárna.

Odborníci FN Plzeň:

doc. MUDr. David Slouka, Ph.D., přednosta Kliniky ORL a chirurgie hlavy

Mgr. Bc. Martina Peštová, vrchní laborantka Oddělení imunochemické diagnostiky

20. března (pátek)

VELIKONOČNÍ MALOVANÁ POHÁDKA

Organizace MOTÝL, z.ú. Vás zve na maňáskovou pohádku s výtvarnou dílnou pro rodiče s dětmi od 2 do 5 let. Akce se koná v prostorách organizace, na adrese Žlutická 2, Plzeň, od 10:00 do 10:45 hod. Rezervace vstupenek a více informací naleznete na webu <https://www.motyl-plzen.cz/malovana-pohadka/>.

21. března (sobota)

VELIKONOČNÍ JARMARK V ČESKÉ BŘÍZE

Organizace Motýl, z.ú. Vás zve na akci, kde se budou prezentovat výrobky klientů Terapeutických dílen. Akce se která se koná od 14 do 17 hodin v Kulturním domě v České Bříze.

21. března (sobota)

VÍTÁNÍ JARA, PROBOUZENÍ LESA A ODEMYKÁNÍ ŘEK

Plzeňané, uvítejme jaro v Borském parku!

Největší park v krajském městě se stává znovu místem environmentálních akcí – zábavy spojené s poučením pro rodiny s dětmi

První z environmentálních rodinných akcí ve vstupní části Borském parku se uskuteční v sobotu 21. března. Akce začne v 10 hod. a potrvá do 17 hod. Pro návštěvníky bude připravena velká okružní naučná stezka o zajímavé ceny. Ty budou čekat na šikovné děti i při splnění dalších úkolů, při nichž se vnoří do říše ryb, ptáků, projdou si lesem a probouzející se přírodou.

Nejmenší účastníky přijde pozdravit vodník z litické přehrady. Ale lze se těšit ještě na mnohem více, zvláště bude-li sobota zalitá jarním sluncem.

Oslavte příchod jara v Plzni, a přesto v přírodě. Dopřejte dětem radost z dárků za zvládnuté soutěže! Na akci Vás zve sdružení IRIS.

LONI DOPROVODILI NA ENVIRONMENTÁLNÍ AKCE O PŘÍRODĚ V BORSKÉM PARKU Z VÍCE JAK 50 PROCENT PRARODIČE. KOLIK TO BUDE LETOS?

22. března (neděle)

VÍTÁNÍ JARA V SEMLEROVĚ VILE

Organizace MOTÝL, z.ú. Vás zve na prezentaci výrobků klientů Terapeutických dílen. Akce se koná v Semlerově vile, na adrese Klatovská tř. 721, Plzeň a to od 13 do 17 hodin.

26. března (čtvrtek)

TANEČNÍ VEČERY PRO HANDICAPOVANÉ

Spolek Tak pojd' s náma stále pokračuje ve svých tanečních večerech, kde Vás každý měsíc jejich taneční mistři naučí nějaký nový tanec nebo jeho část. Proto přijďte a můžete si vyzkoušet, jak jste na tom v tanečních krocích i Vy. Taneční večer se koná od 16 hodin v restauraci Éčko (Guldenerova 17, Plzeň). Nutná rezervace míst na e-mailu: takpojdnama@seznam.cz, nejpozději dva dny před konáním akce. Vstupné zdarma. Akce je určena pro lidi s handicapem, jejich kamarády a rodinné příslušníky.

27. března (pátek)

VELIKONOCE

Organizace MOTÝL, z.ú. Vás zve na jednorázovou akci pro rodiny s dětmi od 2 do 6 let. Akce se koná v prostorách organizace, na adrese Žlutická 2, Plzeň, od 15:30 do 16:30 hodin a od 17:00 do 18:00 hodin. Rezervace vstupenek a více informací naleznete na webu <https://www.motyl-plzen.cz/velikonoce/>.