



**Přejeme Vám  
šťastný nový rok**

**Passerinvest**

„Neboj se – já jsem s tebou, nestrachuj se – já jsem  
tvůj Bůh. Posilím tě a podpořím, podepřu tě svou  
spravedlivou pravící.“

Izaiáš 41,10 (Bible 21)

Filadelfie

# Cestovatelský večer: Zapomenutý svět Venezuely

**Kdy:** středa, 11. ledna 2023, od 17:30 hod.

**Kde:** Sommellerie, budova Filadelfie, Želetavská 1525/1

Přijďte si poslechnout zajímavé povídání cestovatele Karla Wolfa o místech ve Venezuele, kde v postcovidové době není ani stopy po evropských cestovatelích. Díky tomu tak měl s partou přátel možnost užít si pohostinnosti indiánských kmenů Pemón a Warao nebo obdivovat divokou přírodu stolových hor a delty řeky Orinoko.

Na své cestě navštívil nejvyšší vodopád světa Salto Angel, bažiny Los Llanos, kde se hemžili krokodýli, piraně a kapybary. Stolová hora Roraima zase skupině ukázala ojedinělý svět masožravých rostlin, jeskyní a vodopádů. Zapomenutý svět Venezuely prostě stále existuje!

**Brumlovka.**

Cestovatelský  
večer.



## Zapomenutý svět Venezuely



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at [brumlovka.cz](https://brumlovka.cz)

Passerinvest

Taneční.



## Taneční na Brumlovce



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at [brumlovka.cz](https://brumlovka.cz)

Passerinvest

Filadelfie

## Taneční na Brumlovce

**Kdy:** středa, 18. ledna 2023, od 19:00 hod., tančírna od 20:00 hod.

**Kde:** Sommellerie, budova Filadelfie, Želetavská 1525/1

Lednová taneční lekce se ponese v duchu temperamentní a energické CHACHY. Jednoduchou choreografií tohoto kubánského tance zvládne opravdu každý, ať už jste začátečník, pokročilý, sólo nebo v páru.

Lektorkou tanečních je Lenka Nora Návorková, mistryně ČR v latinskoamerických tancích, vítězka StarDance 2018 a taneční partnerka Miraie Navrátila poslední řady této oblíbené televizní soutěže.

**Brumlovka.**

Beta

# Workshop: Stillness

## – Cesta k tajemství klidu

**Kde:** čtvrtek, 19. ledna 2023, od 17:30 hod.

**Kde:** FLEKSI Beta, budova Beta, Vyskočilova 1481/4

**Cena:** 350 Kč/osoba (členové FLEKSI, Balance Clubu Brumlovka a Benefit Klubu Brumlovka ZDARMA)

Na začátek roku přinášíme ve spolupráci s Balance Clubem Brumlovka zajímavý workshop týkající se seberozvoje. Určitě znáte fitness a wellness. Ale znáte Stillness?

Stillness představuje výraz pro klid a aktivity směřující k optimalizaci vnitřního dialogu a snížení stresové zátěže organismu. Třeba špatně spíte, stresujete se v práci, nebo jen máte pocit, že potřebujete ve svém životě nějakou berličku. Zkuste stillness. Vyzkoušíte si praktické minutové meditace pro lepší studium, práci nebo sport. Workshopem nás provede PhDr. Kamil Polák, vedoucí oddělení specializované metodiky Zařízení služeb pro Ministerstvo vnitra. Specializuje se na psychofyzický a mentální trénink olympioniků, manažerů a bezpečnostních sborů v němž využívá zkušenosti z vrcholového sportu a praxe u specializovaných útvarů Policie ČR.

Z důvodu omezené kapacity registrace na e-mailové adrese:

[marika.duchonova@passerinvest.cz](mailto:marika.duchonova@passerinvest.cz). Platba na místě v hotovosti.

**Brumlovka.**

Workshop.

balance  
club  
BRUMLOVKA



# Cesta k tajemství klidu



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at [brumlovka.cz](http://brumlovka.cz).

Passerinvest

Talkshow.



## Hovory z Brumlovky Gabriela Šamanová



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at [brumlovka.cz](https://brumlovka.cz).

Passerinvest

Brumlovka

## Hovory z Brumlovky

**Kdy:** středa, 25. ledna 2023, od 18:00 hod.

**Kde:** premiéra online na FB profilu Brumlovka

Hovory z Brumlovky je naše vlastní talkshow, do které si každý měsíc zveme osobnosti, kteří dle nás mají co říct a svůj pracovní či osobní život mají nějak spojený právě s Brumlovkou.

**Tento měsíc: Gabriela Šamanová, STEM/MARK**

Gabriela Šamanová je socioložka, která se výzkumu veřejného mínění a průzkumu trhu věnuje už 20 let. V oboru začala tzv. od píky. Na studii si vyzkoušela práci tazatele i operátora v callcentru, v Centru pro výzkum veřejného mínění spravovala tazatelskou síť, později se věnovala analýze a zpracování dat. V současnosti pracuje jako projektová manažerka v agentuře STEM/MARK.

Rozhovorem provází Eduard Forejt.

Brumlovka.

Brumlovka

# Pravidelné sportovní aktivity

Jedním z nejrozšířenějších novoročních předsevzetí je i sportování. Pokud se pravidelná aktivita objevila i na vašem seznamu, tak se přidejte k nám. V nabídce je aerobní i zdravotní cvičení. Začínáme druhý lednový týden.

## Běžecské lekce s Pumou

**Kdy:** každé úterý od 17:30 hod.

**Kde:** sraz v 17:20 hod. na recepci budovy Beta, Vyskočilova 1481/4

Běžecské lekce ve dvou skupinách pro začátečníky i již zkušené běžce vedou lektoři a blogeři z [running2.cz](https://running2.cz) Soňa Hrabec Kotulová a Michal Hrabec.

**První lekce v roce 2023: 10. ledna.**

## Jóga pro veřejnost

**Kdy:** každý čtvrtek od 7:00 hod.

**Kde:** retailová jednotka Budova G, Michelská 58, vchod z Baarovy ulice

Klasická lekce jógy pro začátečníky i pokročilé všech věkových kategorií s Danielou Bacíkovou. Nutná vlastní cvičební podložka. Rezervace není třeba.

**První lekce v roce 2023: 12. ledna**

**Brumlovka.**

Sport.



Please use the "Instant translation" function in your Translate App to read this poster in other suitable language. English version of all Brumlovka activities are to be found also at [brumlovka.cz](https://brumlovka.cz).

Passerinvest



Budova Brumlovka

# Balance Club Brumlovka

Nechť vaše předsevzetí nekončí lednem

Fitness a wellness Balance Club Brumlovka je tím pravým místem, kde se vaše předsevzetí promění v životní styl.

Moderní fitness vybavené stroji Technogym, 25 metrů dlouhý nerezový bazén, Wellness se saunami, terasa s venkovní vířivkou, luxusní masáže a tělové rituály, profesionální služby osobních trenérů a fyzioterapeutů a více než 150 studiových lekcí týdně vám pomůže v dnešní uspěchané době nalézt tu správnou rovnováhu a cestu ke kvalitnímu aktivnímu odpočinku.

Veškeré informace o podmínkách členství vám rádi poskytnou prostřednictvím e-mailu [info@balanceclub.cz](mailto:info@balanceclub.cz) nebo tel. **234 749 810**.

Filadelfie

# BODY EXPRESS

Splňte si svá novoroční předsevzetí – zhubněte, odstraňte bolest zad či se dostaňte zpátky do kondice

Studio BODY EXPRESS v budově Filadelfie rozšířilo kapacitu studia a vy tak máte možnost si přijít vyzkoušet EMS cvičení i v nejjednodušších časech během dne. Elektrická stimulace svalů aktivuje celé tělo pomocí slabých impulzů. Stačí 1x týdně 20 minut a vaše tělo dostane potřebnou dávku tréninku, aby bylo pevné, aktivní a spalovalo dostatek energie.

Přijďte se přesvědčit, že to opravdu funguje a splňte si svá novoroční předsevzetí – zhubněte, odstraňte bolest zad či se dostaňte zpátky do kondice.

## BODY EXPRESS

- pondělí – pátek 8:00-19:00 hod.
- sobota 10:00-14:00 hod.
- Rezervace zkušební lekce na tel. 774 431 083

Více informací a on-line rezervace na [www.bodyexpress.cz/praha-brumlovka](http://www.bodyexpress.cz/praha-brumlovka) prostřednictvím **rezervačního formuláře ZDE**.







Budova A

# Veggie Challenge v Perfect Canteen MONETA Money Bank

Chcete jíst více rostlinně? Zapojte se do výzvy Veggie Challenge. Díky Perfect Canteen to budete mít přímo na stříbrném táce.

Veggie Challenge je 30 denní výzva, která pomáhá snížit spotřebu živočišných výrobků a zařadit do jídelníčku více potravin rostlinných. Lepší pro zdraví, zvířata i naši planetu. Hosté si zde každý den budou moci vybrat minimálně jedno čisté rostlinné jídlo a polévku. Široký rostlinný sortiment baleného hotového jídla je také k dispozici pod značkou Cibule na Rohlíku.

Veggie Challenge je ideální novoroční předsevzetí, které navíc zachutná.

Alpha, Filadelfie

# Zahřejte se novinkami zimní sezony z Puzzle Salads

Puzzle Salads si tentokrát pro vás připravili hned dvě bowls, které vám v mrazivém počasí rozproudí krev v žilách.

Marocká kuchyně je svými chutěmi velice rozmanitá. Základ tvoří orientální kuskus, kuřecí trhané maso a zeleninové ragú, které doplňuje osvěžující chuť granátového jablka a sladkost rozinek, sušených datlí a sušených švestek. V případě, že budete chtít zvolit vegetariánskou verzi pokrmu, máte možnost maso nahradit falafelem nebo vegan kuličkami.

Jak už sám název napovídá, Spicy black pepper bowl potěší hlavně příznivce pikantnějších jídel. Jemnou pálivost vepřového masa a black pepper pikantní omáčky však dokonale vyvažuje basmati rýže a teplý zeleninový salátek z topinamburu, bílého zelí, dvoubarevné mrkve a řapíkatého celeru.

Přijďte ochutnat.

**SALADS**  
puzzlesalads



The image features a top-down view of several black bowls filled with fresh, healthy food. There are bowls of broccoli with chickpeas, a bowl of pasta with green peas, a bowl of sliced avocado and chickpeas, a bowl of roasted vegetables, and a small bowl of hummus. Fresh herbs like parsley and arugula are scattered around the dishes. The background is a dark, textured surface.

 **LUNCHBOX**

Alpha

## Kantýna Lunchbox.cz Alpha

Rok 2023 vítá kantýna Lunchbox.cz v budově Alpha radostnými novinkami. Potěšit se můžete z nového interiéru a hlavně z rozšířené nabídky jídel a to jak v denní nabídce, tak v teplém pultu. Pravidelně zde budou realizovány i vietnamské týdny s dvojicí kuchařů Huei a Thana, které již můžete znát z kantýny Lunchbox.cz Delta. Tak přijďte ochutnat.

Těší se na vás tým Lunchbox.cz Alpha i Delta.

 **LUNCHBOX**

Olivka

# Mateřská škola GENIUS Kindergarten přijímá děti

Přejete si, aby vaše děti byly vzdělávány s ohledem na jejich jedinečnou osobnost? Česko-anglická mateřská škola GENIUS Kindergarten přijímá děti předškolního vzdělávání a to již od 2 let. Školka nabízí jedinečný vzdělávací bilingvní program GENIUS Mind, který se zaměřuje na cílený rozvoj potenciálu dětí na základě diagnostiky individuálním přístupem.

Do programu jsou pravidelně zapojovány metody NTC Learning, Mindfulness, programování a další. Školka sídlí v budově Olivky, kde se nachází i kavárna pro rodiče s dětmi. GENIUS Kindergarten nabízí i navazující základní školu s bilingvní programem na Praze 4 v Krči.





Filadelfie

## Nové kosmetické služby v Radka Chválová beauty studio

Radka Chválová Beauty Studiu nyní nově nabízí kosmetické ošetření značkou GIGI Laboratories:

- Hlubkové čištění pleti
- Pečující ošetření podle typu a aktuálních potřeb pleti
- Revitalizační ošetření pleti pomocí neinvazivní karboxyterapie
- Intenzivní chemický peeling zvolený dle konkrétního problému pleti
- Microneedling s mezokoktejem podle typu a aktuálních potřeb pleti
- ANTI AGE intenzivní ošetření 40+

GIGI Cosmetic Laboratories je předním expertem a lídrem v oblasti profesionální kosmetiky. Tato izraelská značka pečlivě vybírá ingredience, důsledně dbá na přírodní složky a každý svůj výrobek podrobuje rozsáhlému vědeckému výzkumu a testování v nejprestižnějších dermatologických ústavech na světě.

Více informace a rezervace termínu na [radkachvalova.cz](http://radkachvalova.cz)

**Radka  
Chvalová**  
Beauty  
Studio

Budova Brumlovka

# Den otevřených dveří v hair salonu Lady Li

Nový rok s novými vlasy. Pokud přemýšlíte nad změnou svého účesu – barvy či střihu, pomoci vám mohou kadeřnice ze salonu Lady Li. V pátek 13. ledna 2023 pořádají den otevřených dveří, kde s vámi zcela bezplatně provedou konzultaci a

- trichologické vyšetření a diagnostiku
- pomohou vám vybrat vhodnou domácí péči
- vyberou vám ten správný odstín vlasu a střih, který vám bude slušet
- ukáží vám, jak na vlasový styling v domácích podmínkách

Tým salonu Lady Li se na vás těší.





Budova Brumlovka

# Lens Optik: Měření zraku

Nový rok je plný předsevzetí. Nezapomeňte mezi ně zařadit i péči o své zdraví. Začněte třeba tím, že si necháte v Lens Optik přeměřit zrak. Zrak je našim nejdůležitějším smyslem, jehož prostřednictvím získáváme z okolí až 90 % informací. Těžko si dokážeme život a práci se zhoršenou kvalitou vidění představit.

I přesto jeho kontrolu většina lidí zanedbává. Dopřejte si péči o zrak bez dlouhého čekání v Lens Optik.

## Lens Optik

- Oční optika v budově Brumlovka
- Kontakt: 605 858 859

Možnost platby i benefity.

Alpha

# Betonové vychytávky z Papýrku

Prodejna Papýrek nově nabízí designové betonové stojánky od mladé české firmy Space up, která v lockdownu nezahálela a vymýšlela různé produkty, kterými oživit vaše stoly.

V nabídce jsou ručně vyrobené stojany na tužky, mobil či svíčky. Tak se do Papýrku zastavte, jsou skvělé!

Papýrek







Budova B

## Profesionální čištění bot v Anthony's zdarma

Anthony's přináší pro své zákazníky nový zážitek, ve středu, 18. ledna od 15:00 do 19:00 hod. bude na prodejně probíhat čištění bot zdarma. Vyčištění, oživení oblíbeného páru bot a k tomu příjemná atmosféra a milý personál, co víc si přát?

Celý tým z Brumlovky se na vás bude těšit.

ANTHONY'S  
/ LONDON

Filadelfie

# Zima s We Hate Ironing

O kašmírový kabát, péřovou bundu, oblíbený svetr nebo lyžařskou soupravu je třeba se starat. O vše se za vás postará online čistírna We Hate Ironing. Správnou a pravidelnou údržbou zajistíte maximální funkčnost a hřejivost zimních nezbytností.

 WE HATE IRONING





Budova Brumlovka

# OK POINT

Pohodový start do nového roku díky finančnímu plánu

V době, pro niž jsou příznačné ekonomické změny, je více než prozíravé začít finančně plánovat. Význam takového plánování ostatně již potvrdil rok uplynulý. Prokázalo se, že ten, kdo má dobře nastavený finanční plán, je mnohem lépe připravený na turbulence, které mohou nečekaně nastat a mít dopad na každodenní život.

V novém roce očekáváme řadu výzev, které budeme muset zvládnout a překonat. Do následujících měsíců vstupujeme proto s ještě větší potřebou finanční jistoty a stability, než tomu bylo v minulosti. Díky kvalitním finančním konzultantům, kteří jsou profesionály ve svém oboru, ale dokážeme takovým nástrahám úspěšně čelit.

Konzultanti z Broker Consulting vám pomohou vytvářet finanční majetek podle předem daného plánu a mít současně dostatečné finanční rezervy pro jakoukoliv situaci, kdy bude potřeba je pohodově použít.

S odborníky z OK POINTu Brumlovka si můžete sjednat individuální schůzku on-line či osobně na čísle 242 486 328. OK POINT je otevřený v následujících časech:

- pondělí 8:30 až 18:00 hod.
- úterý, čtvrtek 9:00 až 17:00 hod.
- středa 8:30 až 17:00 hod.
- pátek 9:00 až 15:00 hod.

**ok POINT**  
Powered by Broker Consulting

Brumlovka

# Bezpečnost především

Společnost Passerinvest organizačně podpořila Základní školu Elijáš, aby ve spolupráci s BESIP připravila pro žáky 1. – 6. ročníku preventivní dopravní akci zaměřenou na bezpečné chování v silničním provozu s důrazem na přecházení. Krajský koordinátor BESIP a policistka z oddělení prevence krajského ředitelství policie ČR dětem vysvětlili, jak se v okolí školy na různých komunikacích pohybovat, kde mají a kde nemají přednost.

Děti se také dozvěděly, jak přecházet bezpečně a obdržely množství drobných dárečků. Některé, jako třeba reflexní prvky, využijí hned. Jiné, například pracovní sešity nebo sadu dopravních značek využijí během hodin prvouky a přírodovědy.

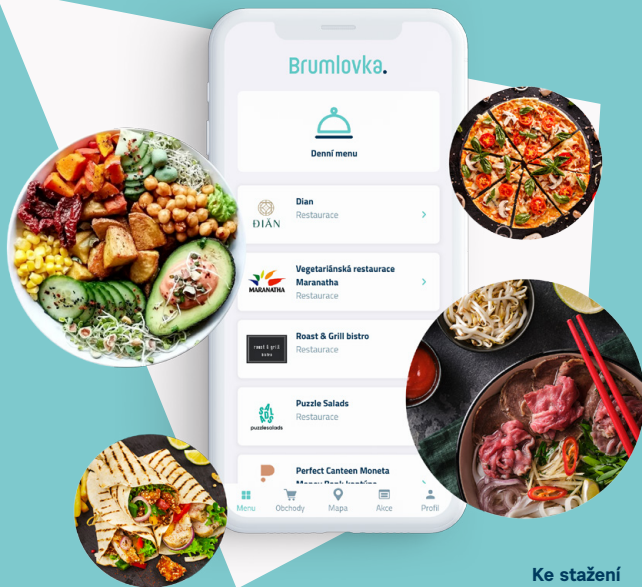
Bezpečný pohyb na komunikacích je na každém z nás. V této souvislosti bychom rádi připomněli pravidla pro řidiče pohybující se v ulici Želetavská.  
Rychlostní limit v této smíšené zóně je 30 km/h.

**BUĎME, PROSÍM, K SOBĚ OHLEDUPLNÍ.**

**Brumlovka.**



Brumlovka  
aplikace.



Ke stažení

Brumlovka

## S mobilní aplikací Brumlovka budete vždy vědět, kam skočit na oběd

Stáhněte si mobilní aplikaci Brumlovka, díky které budete mít denní nabídky místních restaurací, bister a kantýn vždy po ruce. Máte chuť si zajít v pondělí na něco lehčího, v úterý na něco asijského a ve středu na českou klasiku? Ve čtvrtek nemáte čas si k jídlu sednout, ale v pátek si to vynahradíte? Inspirujte se v aplikaci a najděte si to, co vám chutná nejvíc.

Aplikace je dostupná pro oba operační systémy, iOS i Android.

Passerinvest

Brumlovka.