



PROGRAM MENS SANA, z.ú. – LISTOPAD 2017

AKCE:

- **středa 1.11. – společná návštěva přednášky o SVATOJAKUBSKÉ CESTĚ POUTNÍKA P.HIRSCHÉ** v knihovně ve Vítkovících, viz samostatný plakát, bližší info u M. Pechláta – 773 450 513
- **pátek 3.11. – 9:00 – 13:00 BAZÁREK** na Skautské od 9:00 do 13:00 s grilováním a gramofonem P. Ševčíka
- **sobota 4. 11. 8:00 – 13:00** – Mens Sana se zúčastní prodeje na **JARMARKU V KRMELÍNĚ**, zveme Vás na tuto krásnou akci; bližší info u J. Čmiela – 777 703 414; info viz samostatný plakát
- **středa 8.11. - 16:00 – 17:00 PLAVÁNÍ** ve Fakultní nemocnici pod lékařským dohledem, přihlášení u A. Lišky
- **čtvrtek 9.11. - od 16:30 ČTENÍ ZE ŠUPLÍKU** – Knihovna města Ostravy – u Mostu M. Sýkory v centru
- **sobota 11.11. – NÁRODNÍ POTRAVINOVÁ SBÍRKA** – Mens Sana se také aktivně zapojí do této pomoci potřebným
- **pondělky – skupinové NÁCVIKY VAŘENÍ** s Markétou a Ivem od 13 do 16 hodin v nácvikové bytě na Dělnické; pouze pro přihlášené, bližší info u P. Šulákové 777 034 882
- **úterky od 10:30 do 13:00 ZAHRADNIČENÍ** s D. Holušovou na Skautské, zájemci, hlase se na tel. č. 773 450 512
- **čtvrky od 13:30 do 14:30 CVIČENÍ PRO DOBROU NÁLADU** s D. Navrátilovou na Ukrajinské
- **VÝTVARNÝ ATELIÉR v CTP na Bulharské bude od září probíhat pod vedením M. Cihláře út-čt 9 – 15, pá 9 - 13**
- **KLUB MAMINEK a tatínek menších dětí** - další setkání bude upřesněno smskou, info u J. Kročové - 608 944 500
- **DIVADELNÍ HRÁTKY** budou probíhat v úterky od 15:00, info u H. Břuskové – 777 703 414
- **KLUB DOBRÉ DUŠE** bude tentokrát **až v prosinci 14.12.** od 15:30 v Kafárně Spirála, bližší info u P. Šulákové 777 034 882
- **DIVADELNÍ GENERÁLKY - 6.12. v DJM muzikál Romeo a Julie a 12.12. v DAD opera Ifigenie v Aulidě**, na obojí bude vybírat H. Černá 100,- Kč do 24.11, kapacita omezena; tel. na H. Černou – 608 944 501

TERAPEUTICKÉ SKUPINY:

Dobráci – pondělí 20.11. 14:30-16:00, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 3 týdny

Nový den – čtvrtek 9.11. a 23.11. - 11:00-12:30, setkání 1 x za 14 dní, CTP

Slunečnice – pondělí 20.11. - 10:00-11:30, Kafárna Spirála, 1 x za 14 dní

Druhá šance – pondělí 13. a 27.11. – 10:00 – 11:30 Kafárna Spirála, setkání 1 x za 14 dní

Skupina pro rodiče a blízké příbuzné – čtvrtek 23.11. CTP 17:00 – 19:00

V případě jakýchkoliv změn času či místa konání skupiny jsou účastníci informováni smskou.

DALŠÍ INFORMACE PRO UŽIVATELE:

V PC učebně na UKRAJINSKÉ vede A. Merendová kognitivní rehabilitaci, těsnopis, výuku PC. V kreativních dílnách na SKAUTSKÉ se můžete naučit rukodělným technikám pod vedením D. Holušové, Z. Horkelové, a D. Podrazové. Zájemci o angličtinu, hru na flétnu, klávesy, Job klub, hospodaření s penězi, dejte vědět svým klíčovým pracovníkům.



PRAVIDELNÉ AKTIVITY:

PONDĚLKY

Po 6.11. – Provoz pracoviště Skautská omezen (keramika pro ZŠ); kreativní dílna otevřena až od 13:30

Po 13.11. - Provoz pracovišť Ukrajinská, Skautská a Bulharská omezen z důvodu školení pracovníků

- pracoviště Ukrajinská - 8:00-14:00 PC učebna - dle domluvy s A. Merendovou
- pracoviště Skautská - 8:00-15:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská = Centrum trénování paměti (CTP) – 8:00 – 16:00 kognitivní rehabilitace
- pracoviště Maďarská - dřevařská dílna - 8:00-14:00 dle domluvy s J. Pašandou
- skupinové **NÁCVIKY VAŘENÍ** s Markétou a Ivem **v pondělky od 13:00 do 16:00** v bytě Mens Sana na ul. Dělnická – pouze pro přihlášené, přihlášení u P. Šulákové 777 034 882

ÚTERKY

Út 14.11. – Provoz pracovišť Ukrajinská, Skautská a Bulharská omezen z důvodu školení pracovníků

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky
- pracoviště Skautská - 8:00-13:00 kreativní dílna;
- pracoviště Bulharská - CTP – 8:00 – 16:00 kognitivní rehabilitace pod vedením týmu A. Lišky ; 9:00 – 15:00 výtvarný ateliér s M. Cihlářem; od 15:00 divadelní hrátky s Helenou a Markem (pozn. 7. a 14. 11. pouze s Markem)

STŘEDY

St 15.11. – Provoz pracovišť Ukrajinská, Skautská a Bulharská omezen z důvodu školení pracovníků

St 29.11. – Provoz pracovišť Ukrajinská, Skautská a Bulharská omezen z důvodu školení pracovníků

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky na Ukrajinské, od 14:45 h zkoušky pěveckého souboru Třesk s J. Neduhou
- pracoviště Skautská - 8:00-16:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská - CTP – kognitivní rehabilitace a výtvarný ateliér viz úterky; 15:00-16:00 muzikoterapie s D. Podrazovou a H. Břuskovou – 8.11, 15.11. a 29.11. muzikoterapie odpadá

ČTVRTKY

Čt 30.11. – Provoz pracovišť Ukrajinská, Skautská a Bulharská omezen z důvodu školení pracovníků

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky; od 13:30 do 14:30 **CVIČENÍ PRO DOBROU NÁLADU** s D. Navrátilovou na Ukrajinské
- pracoviště Skautská - 8:00-15:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská - CTP - kognitivní rehabilitace a výtvarný ateliér viz úterky

PÁTKY

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky; od 14:45 h zkoušky divadelního souboru Neřesk s J. Neduhou;
- pracoviště Skautská - 8:00-15:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská - CTP – 8:00 – 16:00 kognitivní rehabilitace, 9:00 – 13:00 výtvarný ateliér