

PROGRAM

MENS SANA, o.p.s. - ŘÍJEN 2016

AKCE:

- **úterý 4.10. divadelní předpremiéra La Clemenza di Tito**, opera-Mozart, DAD, organizuje D.Podrazová, kapacita omezena
- **úterý 11. 10. od 10:00 akce Domu kultury Akord - AKTIVNÍ SENIOR:**
Trénování paměti 2, přednáší A. Liška a H. Břusková z Mens Sany; kapacita omezena, nutná rezervace předem v pokladně DK Akord - tel: 596 762 511, info@dk-akord.cz Vstup zdarma
- **středa 12.10. PLAVÁNÍ s A. Liškou a pod lékařským dohledem** ve FN 16:00 - 17:00, kapacita omezena, nutné nahlášení předem
- **čtvrtek 13.10. ČTENÍ ZE ŠUPLÍKU** - Knihovna města Ostravy v centru, 16:30 - 17:30
- **čtvrtek 20.10. KLUB DOBRÉ DUŠE** - od 15:30 Kafárna Spirála - zveme mezi sebe také nové lidi bližší info Vám ráda sdělí Pavla Šuláková - 777 034 882
- **pátek 21.10. BAZÁREK plus grilování, retrohudba P. Ševčíka**, 9:00 - 13:00, Skautská
- **středa 26.10. divadelní předpremiéra Poslední štace - Adieu Evropa**, činohra, DJM, kapacita omezena
- **KLUB MAMINEK A TATÍNKŮ menších dětí** - termín a místo budou upřesněny smskou; zveme mezi sebe také nové lidi - bližší info Vám ráda sdělí Jana Kročová - 608 944 500
- **EXKURZE-VÝLET NÁŠ SVĚT, Pržno** - termín upřesníme smskou (probíhá domluva)

TERAPEUTICKÉ SKUPINY:

- **Dobráci** - pondělí 10.10. a 31.10. 14:30 - 16:00, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 3 týdny
- **Nový den** - čtvrtek 6.10. a 20.10. - 11:00 - 12:30, setkání zpravidla 1 x za 14 dní, CTP
- **Spojená skupina Poupata a Sluníčko** - pondělí 3.10.; 10.10.; 17.10.; 31.10. 10:00 - 11:30, v Kafárně Spirála, setkání zpravidla 1 x za 14 dní
- **Skupina pro rodiče a blízké příbuzné** - čtvrtek 27.10. od 16:30 v CTP

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

AKCE V LISTOPADU:

- **2.11. JE ÚCHVATNÁ**, činohra, Divadlo Antonína Dvořáka - divadelní předpremiéra
- **5.11.** Mens Sana se zúčastní **Jarmarku v Krmelíně** + v prostorách Obecního úřadu je od 27.9. instalována **výstava výtvarných prací z ateliéru CTP**

DALŠÍ INFORMACE PRO UŽIVATELE:

V PC učebně na Ukrajinské vede **A. Merendová** beze změn **kognitivní rehabilitaci (individuální forma)**, těsnopis, PC Excel 2007, PC kondiční kurz, PC začátečníci, Psaní všemi deseti. V **kreativních dílnách na Skautské** se můžete naučit zajímavým textilním a výtvarným

Změna programu vyhrazena

1

technikám pod vedením D. Holušové, Z. Horkelové, V. Kolmašové a D. Podrazové. Zájemci o **angličtinu**, hru na **flétnu**, **klávesy**, **job klub** (skupinu pro lidi hledající pracovní uplatnění), o **hospodaření s penězi** či jiné aktivity, dejte vědět svým klíčovým pracovníkům.

PRAVIDELNÉ AKTIVITY:

PONDĚLKY

- pracoviště Ukrajinská - 8:00 - 14:00 PC učebna - dle domluvy s A. Merendovou
- pracoviště Skautská - 8:00 - 15:00 kreativní dílna;
- pracoviště Bulharská - 8:00 - 16:00 Centrum trénování paměti (CTP) dle domluvy s A. Liškou a H. Břuskovou
- pracoviště Maďarská - dřevařská dílna - 8:00 - 14:00 dle domluvy s J. Pašandou

ÚTERKY

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky
- pracoviště Skautská - 8:00 - 13:00 kreativní dílna;
10:30 - 13:00 zahradničení s D. Holušovou (dle domluvy zahradničení i jiné dny)
- pracoviště Bulharská - CTP - viz pondělky, 15:00 - 18:00 malování s O. Tkačikem;
od 15:00 divadelní hrátky pro začátečníky s H. Břuskovou

STŘEDY

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky
- 13:00 - 14:00 křesťanský klub Anežka na Ukrajinské
- pracoviště Skautská - 8:00 - 18:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská - CTP - viz pondělky, 8:00 - 12:00 malování s O. Tkačikem;
- 15:00 - 16:00 muzikoterapie s D. Podrazovou a H. Břuskovou
- druhé středy v měsíci plavání s A. Liškou a pod lékařským dohledem ve FN 16:00 - 17:00

ČTVRTKY

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky
- pracoviště Skautská - 8:00 - 15:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská - CTP - viz pondělky, 8:00 - 12:00 malování s O. Tkačikem;

PÁTKY

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky
- pracoviště Skautská - 8:00 - 15:00 kreativní dílna
- pracoviště Bulharská - CTP - viz pondělky, 8:00 - 16:00 malování s O. Tkačikem;
14:00 - 15:00 - zkoušky pěveckého souboru Třesk, 15:00 - 16:00 zkoušky divadla Netřesk s J. Neduhou

Změna programu vyhrazena

2