

PROGRAM

MENS SANA, o.p.s. – LISTOPAD 2016

AKCE:

- **středa 2.11. Je úchvatná, činohra.** DAD - divadelní předpremiéra, kapacita již obsazena
- **sobota 5.11. zúčastníme se Jarmarku řemesel v Krmelíně** (info viz samostatný plakát)
- **středa 9.11. PLAVÁNÍ s A. Liškou a pod lékařským dohledem** ve FN 16:00-17:00, kapacita omezena, nutné nahlášení předem
- **čtvrtek 10.11. ČTENÍ ZE ŠUPLÍKU** - Knihovna města Ostravy v centru, 16:30-17:30
- **sobota 12.11.** Jsme zapojeni do **Národní sbírky potravinové pomoci** v Makru v Hrabové
- **středa 16.11. balet Dva světy/Jeden svět** [Bach, Ravel], DJM - divadelní předpremiéra, 100 Kč H. Černé - vstupenka, sraz 9:30-9:45
- **čtvrtek 24.11. exkurze do organizace Náš svět, Pržno,** kapacita již obsazena, v případě zájmu kontaktujte P. Šulákovou (exkurzi lze zopakovat pro ty, kdo nejedou nyní)
- **pátek 25.11. BAZÁREK plus grilování, retrohudba P. Ševčíka,** 9.00-13:00 Skautská
- **sobota 26.11. budeme na Rozsvěcení vánočního stromu** na Prokešově náměstí 15-19
- **úterý 29.11.zúčastníme se akce Advent plný andělů** – info upřesníme: **opera Bouře** (Fibich), DAD - divadelní předpremiéra, 100 Kč H. Černé - vstupenka, sraz 9:30-9:45
- **KLUB MAMINEK A TATÍNKŮ menších dětí** - termín a místo budou upřesněny smskou; zverme mezi sebe také nové lidi - bližší info Vám sdělí Jana Kročová - 608.944.500

TERAPEUTICKÉ SKUPINY:

- **Dobráci** - **pondělí 21.11.** 14:30-16:00, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 3 týdny
- **Nový den** - **čtvrtek 3.11. a 24.11.** - 11:00 - 12:30, setkání zpravidla 1 x za 14 dní, CTP
- **Spojená skupina Poupata a Sluníčko** - **pondělí 14.11. a 28.11.** - 10:00-11:30, Kafárna Spirála, setkání zpravidla 1 x za 14 dní
- **Skupina pro rodiče a blízké příbuzné** - termín a místo budou upřesněny smskou

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

AKCE V PROSINCI:

- **1.12.** zúčastníme se akce **Křídlení** v Gongu
- **5.12.** zúčastníme se prodeje na **Vánočních trzích 2016** na Masarykově náměstí
- **6.12.** zúčastníme se prodeje na **Jarmarku na Vyšší odborné škole sociální** v Ostravě
- **8.12. KLUB DOBRÉ DUŠE** – od 15.30 v Kafárně Spirála; zverme mezi sebe také nové lidi - bližší info Vám sdělí Pavla Šuláková - 777 034 882

DALŠÍ INFORMACE PRO UŽIVATELE:

V PC učebně na Ukrajinské vede **A. Merendová kognitivní rehabilitaci** (individuální forma), **těsnopis, PC Excel 2007, PC kondiční kurz, PC začátečníci, Psaní všemi deseti. V kreativních**

Změna programu vyhrazena

1

dílnách na Skautské se můžete naučit zajímavým textilním a výtvarným 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

Po 14.11. a po 30.11. provoz pracovišť omezen - info upřesníme (vzdělávání pracovníků)

- 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 hry pro začátečníky s H. Břuskovou**

STŘEDY

- pracoviště Ukrajinská a Maďarská - viz pondělky, 13:00-14:00 křesťanský klub Anežka na Ukrajinské, **zkoušky pěveckého souboru Třesk, zkoušky divadla Netřesk s J. Neduhou (čas konání bude upřesněn)**
- pracoviště Skautská - 8:00-18:00 kreativní dílna; 3.11. provoz dílny omezen (akce ZŠ).
- 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;

Změna programu vyhrazena

2