



PROGRAM MENS SANA, z.ú. - ČERVEN 2017

AKCE:

- **úterky od 10:30 do 13:00 ZAHRADNIČENÍ** s D. Holušovou na Skautské, zájemci, hlase se na tel. č. 773 450 512
- **pondělky 1x za 14 dnů – skupinové NÁCVIKY VAŘENÍ** s Markétou a Ivem od 13 do 16 hodin v nácvikovém bytě, 2 nácvikové skupiny – sudý a lichý týden; pouze pro přihlášené, bližší info u P. Šulákové 777 034 882
- **pátek 2.6. – BAZÁREK** na Skautské od 9:00 do 13:00, s retrohudbou z gramofonu P. Ševčíka a s grilováním
- **středa 7.6.** veřejná generálka činohry **CÍSAŘOVNA SISSI**, Divadlo J. Myrona od 10:00, pouze pro již přihlášené
- **čtvrtek 8.6. – ČTENÍ ZE ŠUPLÍKU** v Knihovně města Ostravy v centru od 16:30 do 17:30; **KLUB MAMINEK a taťinků menších dětí** od 15:30 do 18.00, dětské hřiště u klubu Garage v Martinově, bližší info u J. Kročové - 608 944 500
- **pátek 9.6.** – s týmem Mens Sana se od 10 h zúčastníme se soutěže mezi neziskovými organizacemi ve vaření polévky „**POLÉVKA JE GRUNT**“, Dům pro ženy a matky s dětmi Ostrava, Azylový dům a noclehárna, Generála Píky
- **úterý 13.6.** veřejná generálka opery **LAZEBNÍK SEVILLSKÝ**, Divadlo A. Dvořáka od 10:00, H. Černá vybírá peníze do 2.6., sraz mezi 9:30 a 9:45; od 11:00 do max. 16:00 **návštěva výstavy „OSTRAVA NEVÍDANÁ“** (750 let Ostravy), poté **společný oběd v obchodním centru a PROCHÁZKA-KOMENSKÉHO SADY**, viz plakátek, info u P. Šulákové
- **středa 14.6. - PLAVÁNÍ** s A. Liškou a pod lékařským dohledem ve FN 16:00-17:00, nutné nahlášení předem
- **čtvrtek 15.6. - KLUB DOBRÉ DUŠE** od 15:30 v Kafárně Spirála, bližší info u P. Šulákové 777 034 882
- **středa 22.6.** – zúčastníme se akce představující sociální služby **LIDÉ LIDEM** na Masarykově náměstí v Ostravě
- **pátek 23.6.** – zúčastníme se **DNE OTEVŘENÝCH DVEŘÍ CHARITY SV. ALEXANDRA** - viz <http://charita-sv-alexandra.cz/akce/den-otevrenych-dveri-2017/> ; bližší info u D. Podrazové na tel. č. 773 450 512 a na plakátku
- **čtvrtek 29.6. – VÝLET – NOVÝ a STARÝ JIČÍN** – průvodem bude P. Ševčík, bližší info viz plakátek a u P. Šulákové
- **pátek 30.6. – „PŘEDPRÁZDNINOVÝ“ BAZÁREK** na Skautské od 9:00 do 13:00

TERAPEUTICKÉ SKUPINY:

Dobráci – pondělí 5.6. - 14:30-16:00, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 3 týdny

Nový den – čtvrtek 1.6., 15.6. a 29.6. - 11:00-12:30, setkání 1 x za 14 dní, CTP

Slunečnice – pondělí 12.6. a 26.6. - 10:00-11:30, Kafárna Spirála, 1 x za 14 dní

Druhá šance - pondělí 5.6. a 19.6. – 10:00 – 11:30 Kafárna Spirála, setkání 1 x za 14 dní

Skupina pro rodiče a blízké příbuzné – probíhá přihlašování do nové skupiny a předskupinové pohovory

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



DALŠÍ INFORMACE PRO UŽIVATELE:

Od června 2017 dochází ke změnám v návštěvách dílny na Skautské 1045 u uživatelů ze sociální služby podpora samostatného bydlení a u uživatelů z doplňkové činnosti. Tito mohou docházet na dílnu nyní v pondělí, v úterý i ve středu. Čtvrtek a pátek zůstanou vyhrazeny pro uživatele sociální služby sociální rehabilitace (s výjimkou lazárků).

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. **Cvičení pro dobrou náladu na Ukrajinské nyní neprobíhají z důvodu potřeby technických úprav a malování.**

PRAVIDELNÉ AKTIVITY:

PONDĚLKY

Po 12.6. – omezen provoz pracoviště Skautská (pracovní skupina)

- **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; pro uživatele z doplňkové činnosti též výtvarné aktivity s M. Cihlářem
- **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, 2 skupiny – sudé/liché týdny, přihlášení u P. Šulákové 777 034 882

ÚTERKY

- **pracoviště Ukrajinská a Maďarská** - viz pondělky
- **pracoviště Skautská - 8:00-13:00** kreativní dílna;
- **pracoviště Bulharská - CTP** - viz pondělky, **od 15:00 divadelní hrátky pro začátečníky** s H. Břuskovou; pro uživatele z doplňkové činnosti též výtvarné aktivity s M. Cihlářem

STŘEDY

- **pracoviště Ukrajinská a Maďarská** - viz pondělky na Ukrajinské, **od 15 h zkoušky pěveckého souboru Třesk** s J. Neduhou
- **pracoviště Skautská - 8:00-16:00** kreativní dílna
- **pracoviště Bulharská - CTP** - viz pondělky; **8:00-13:00** malování s O. Tkačíkem; **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, **8:00-13:00** malování s O. Tkačíkem

PÁTKY

- **pracoviště Ukrajinská a Maďarská** - viz pondělky; **od 15 h zkoušky divadelního souboru Netřesk**
- **pracoviště Skautská - 8:00-15:00** kreativní dílna
- **pracoviště Bulharská - CTP** - viz pondělky, **8:00-16:00** malování s O. Tkačíkem