



PROGRAM MENS SANA, z.ú. – Duben 2018

AKCE :

- **středa 11.4. se bude konat předpremiéra BALETU Don Quijote v DAD**, zájemci do 4.4. zaplatit 100,- Kč Hance Černé nebo kolegyním na dílně. Sraz v Divadle A. Dvořáka v 9:30-9:45.
- **středa 11.4. – od 16:00 do 17:00 PLAVÁNÍ** ve Fakultní nemocnici pod lékařským dohledem, přihlášení u A. Lišky – 774 452 039
- **čtvrtek 12.4. – od 16:30 ČTENÍ ZE ŠUPLÍKU**, Knihovna města Ostrava u Mostu M. Sýkory
- **čtvrtek 26.4. – od 9:00 do 17:00 DEN ZEMĚ**
- **pátek 27. 4. – od 9:00 do 13:00 BAZÁREK** na Skautské s gramofonovou retro hudbou P. Ševčíka a s grilováním
- **úterky od 13:00 POETICKÝ KLUB** s Gabrielou Stašovou, zájemci se hlase na tel: 773 450 512
- **pondělky – skupinové NÁCVIKY VAŘENÍ** s Markétou a Ivem od 13 do 16 hodin v nácvikovém bytě na Dělnické; pouze pro přihlášené, bližší info u D. Navrátilové, tel: 608 450 512 nebo D. Podrazové, tel: 777 034 882
- **KLUB MAMINEK a tatínků menších dětí** – termín sdělíme prostřednictvím SMS, bližší info u J. Kročové na tel: 608 944 500

TERAPEUTICKÉ SKUPINY:

Dobráci – pondělí 9.4. a 30.4. - 14:30 - 16:00, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 3 týdny
Druhá šance – pondělí 9.4. a 23.4. - 10:00 - 11:30, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 14 dní
Nový den – čtvrtek 12.4 a 26.4. - 12:00 - 13:30, setkání 1 x za 14 dní, CTP
Slunečnice – pondělí 16.4 a 30.4. - 10:00 - 11:30, Kafárna Spirála, 1 x za 14 dní
Skupina pro rodiče a blízké příbuzné – čtvrtek 19.4. - 17:00 - 19:00, Centrum
trénování paměti. V případě jakýchkoliv změn času či místa konání skupiny
jsou účastníci informováni smskou.

DALŠÍ INFORMACE PRO UŽIVATELE:

- připravujeme pro zájemce **CVIČENÍ TAI-CHI**, přihlaste se v kanceláři CTP nebo přímo u
Mgr. Antonína Lišky (tel: 774 752 039 e-mail: a.liska@menssana.cz)
- V PC učebně na UKRAJINSKÉ vede A. Merendová kognitivní rehabilitaci,
těsnopis a výuku PC. V kreativních dílnách na SKAUTSKÉ se můžete naučit rukodělným
technikám pod vedením D. Holušové, Z. Horkelové a Kryštofa Balabána. Zájemci o angličtinu,
Job klub či hospodaření s penězi, dejte vědět svým klíčovým pracovníkům.

PRAVIDELNÉ AKTIVITY:

PONDĚLÍ

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,
9:00-15:00 výtvarný ateliér s G. Stašovou
pracoviště **Maďarská** - dřevařská dílna - 8:00-14:00 dle domluvy s J. Pašandou
skupinové **NÁCVIKY VAŘENÍ** s Markétou a Ivem v pondělí od 13:00 do 16:00

ÚTERÝ

pracoviště **Ukrajinská a Maďarská** - viz. pondělí
pracoviště **Skautská** - 8:00-13:00 kreativní dílna; 10:00-13:00 ZAHRADNIČENÍ .
Zájemci se mohou kontaktovat u Dáji Holušové na tel. 773450512
pracoviště **Bulharská** - CTP – 8:00-16:00 kognitivní rehabilitace; 9:00-5:00 výtvarný ateliér
s M. Cihlářem; Muzikoterapie od 15:00-15:45 s H. Břuskovou a D. Podrazovou
(zájemci kontaktují pracovnice předem).

STŘEDA

pracoviště **Ukrajinská a Maďarská** - viz pondělky; na Ukrajinské každou středu 14:30-16:00
zkoušky pěveckého souboru TŘESK s J. Neduhou
pracoviště **Skautská** - 8:00-16:00 kreativní dílna
pracoviště **Bulharská** - CTP kognitivní rehabilitace a výtvarný ateliér viz úterý, Muzikoterapie od
15:00-16:00 s H. Břuskovou a D. Podrazovou
(terapeutická skupina, zájemci kontaktují pracovnice předem).

ČTVRTEK

pracoviště **Ukrajinská a Maďarská** - viz. pondělky
pracoviště **Skautská** - 8:00-15:00 kreativní dílna
pracoviště **Bulharská** - CTP - kognitivní rehabilitace a výtvarný ateliér viz úterky

PÁTEK

pracoviště **Ukrajinská a Maďarská** - viz. pondělky; na Ukrajinské každý
pátek 14:30-16:00 zkoušky divadelního souboru NETŘESK s J. Neduhou
pracoviště **Skautská** - 8:00-15:00 kreativní dílna
pracoviště **Bulharská** - CTP – 8:00 – 14:00 kognitivní rehabilitace, 9:00 – 13:00 výtvarný ateliér