



## PROGRAM MENS SANA, z.ú. – Červen 2018

### AKCE :

- **středa 13.6. - od 16:00 do 17:00 PLAVÁNÍ** ve Fakultní nemocnici pod lékařským dohledem, přihlášení u A. Lišky – 774 452 039
- **středa 13.6. - od 10:00 DAD. Maškaráda čili FANTÓM OPERY.**  
Vstupenky zaplatit do 6.6. H. Černé nebo D. Podrazové.
- **čtvrtek 14.6. - od 16:30 ČTENÍ ZE ŠUPLÍKU**, Knihovna města Ostrava u Mostu M. Sýkory
- **pátek 22.6. - 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 11.6. - 14:30 - 16:00**, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 3 týdny

**Druhá šance – pondělí 4.6. a 18.6. - 10:00 - 11:30**, Kafárna Spirála, setkání 1 x za 14 dní

**Nový den – čtvrtek 7.6 a 21.6. - 12:00 - 13:30**, setkání 1 x za 14 dní, CTP

**Slunečnice – pondělí 11.6 a 25.6. - 10:00 - 11:30**, Kafárna Spirála, 1 x za 14 dní

**Skupina pro rodiče a blízké příbuzné** – Centrum trénování paměti. V současné době neprobíhá.

**Klub maminek s malými dětmi** - bude sdělen SMS-kou.

## DALŠÍ INFORMACE PRO UŽIVATELE:

- úterý **5.6.** a středa **13.6.** **odpadá muzikoterapie. O prázdninách muzikoterapie není vůbec.**

- 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, dejtevědět 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 pondělky

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 a CVIČENÍ TAI-CHI od 11:00

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